



# **BILAN ANNUEL**

2024 / 2025



## La Cordée, ressource alternative en santé mentale

Bilan annuel 2024-2025

Préparé par Jean-François Beaudoin et Danielle Bolduc, codirecteur et codirectrice

Présenté et adopté en conseil d'administration, le 22 mai 2025

Pour présentation et dépôt en assemblée générale annuelle, le 19 juin 2025

## Nos coordonnées

**Adresse postale** : 305, rue Dufferin, Sherbrooke, Québec, J1H 4M5

**Téléphone** (administration) : 819-565-1226

**Téléphone** (intervention) : 819-565-1225

**Courriel** (général) : [info@lacordeerasm.org](mailto:info@lacordeerasm.org)

**Courriel** (direction) : [direction@lacordeerasm.org](mailto:direction@lacordeerasm.org)

**Site internet** : [www.lacordeerasm.org](http://www.lacordeerasm.org)

Pour visiter notre site internet ou notre Facebook, ouvrez votre caméra de téléphone cellulaire et scannez le code QR correspondant.



Site internet



Facebook

*Pour tous les acronymes dans le présent document, vous trouverez, en annexe, un glossaire détaillé.*

## Table des matières

<b>Mot de la présidence</b> .....	<b>4</b>
<b>Mot du conseil des membres</b> .....	<b>5</b>
<b>Mot de la codirection</b> .....	<b>6</b>
<b>Notre conseil d’administration 2024-2025</b> .....	<b>7</b>
<b>Notre ADN</b> .....	<b>8</b>
Notre mission .....	8
Notre vision .....	8
Nos valeurs .....	8
L’approche Alternative en santé mentale .....	8
<b>Bilan de nos orientations 2024-2025</b> .....	<b>10</b>
Action 1 : Consolider les ressources humaines .....	10
Action 2 : Poursuivre l’ouverture vers notre communauté .....	10
Action 3 : Recentrer nos activités autour de notre ADN .....	11
<b>La démocratie de notre organisme</b> .....	<b>11</b>
Assemblée générale annuelle .....	12
Conseil d’administration et conseil exécutif.....	12
Codirection .....	12
Conseil des membres .....	12
La gestion participative .....	12
Nos comités de travail permanents et Symposium .....	12
Rencontre d’équipe, DJO et codéveloppement.....	12
<b>Accessibilité</b> .....	<b>13</b>
<b>Notre membership 2024-2025</b> .....	<b>13</b>
Adhésion à notre corporation .....	13
<b>Nos activités et services aux membres</b> .....	<b>14</b>
Accueil, référence et information.....	14
Accompagnement individuel.....	14
Ateliers de croissance.....	15
Activités Par et pour les membres.....	15
Groupe d’entraide .....	15
Activités de loisirs.....	15
Vie associative et démocratique.....	15
Milieux de vie et repas communautaires .....	16
Appartements supervisés .....	16
<b>Nos activités et services à la communauté</b> .....	<b>17</b>
Activité de promotion de la santé mentale .....	17
Atelier DSM .....	17

Soutien-conseil .....	17
Ateliers de croissance.....	17
Journée citoyenne.....	18
Friperie Le Support .....	18
Bénévolat.....	18
<b>Nos équipes : la force de notre complémentarité!.....</b>	<b>19</b>
Notre équipe de travail.....	19
Nos bénévoles.....	19
Nos stagiaires.....	19
Personnes en développement de l'employabilité .....	19
Notre équipe d'été 2024.....	20
Notre développement et notre formation continue .....	20
<b>Nos contributions et nos participations sociales .....</b>	<b>21</b>
<b>Nos collaborateurs .....</b>	<b>22</b>
Nos partenaires financiers et commanditaires .....	22
Nos collaborateurs dans la communauté et en intervention .....	22
<b>Notre campagne de financement 2024-2025 .....</b>	<b>23</b>
<b>Quelques statistiques supplémentaires .....</b>	<b>24</b>
Atelier de travail créatif .....	24
Réseau SMV .....	24
Appartements supervisés .....	25
<b>Nos orientations 2025-2026.....</b>	<b>26</b>
Action 1 : Actualiser notre offre de services .....	26
Action 2 : Mise en place d'un plan de communication.....	26
Action 3 : Faire évoluer le rôle des différents acteurs de la ressource.....	26
<b>Annexe 1 – Synthèse de notre planification stratégique 24-27 .....</b>	<b>27</b>
<b>Glossaire.....</b>	<b>28</b>



*La Cordée, c'est comme une deuxième famille,  
une deuxième maison pour moi. Elle me permet  
de créer des liens importants...*



## Mot de la présidence



Monsieur Jean-Pierre Gagné  
Président de La Cordée

L'année 2024-2025 a été marquée d'une grande stabilité et un engagement de la part de tous nos membres employés et usagers. Nos codirecteur et codirectrice ont continué à offrir un encadrement et un soutien constant envers eux et le conseil d'administration. Cela a permis un développement encore plus rapide de l'organisme. Les quelques postes devenus vacants ont été rapidement comblés grâce, sans doute, à notre belle visibilité et nos conditions d'embauche qui se sont bonifiées encore cette année.

Laissez-moi vous en nommer quelques-uns : grâce à une bonne santé financière qui est dû au soutien de nos bailleurs de fonds, qui sont le CIUSSS sous la forme de PSOC (Programme de soutien aux organismes communautaires), à notre campagne de financement très réussie, aux généreux dons des particuliers, nous avons pu nous offrir deux jours de Lac-à-l'Épaulé soit, un en février et l'autre en mars, sous la supervision de Mme Lucille Defays (qui deviendra par la suite une consultante pour notre codirection en matière de ressources humaines). De cette belle activité naîtra notre plan d'action stratégique où en plus d'objectifs spécifiques, nous en arriverons à déclarer que la santé mentale est l'affaire de tout le monde. D'où la notion élargie de prévention et de participation de la population à notre organisme.

De là, l'idée qu'il faut s'ouvrir davantage à la communauté et y offrir encore plus de services. On en est rendu là. Dans cette même veine, il y a eu treize sorties pour présenter notre ressource à plus de 398 personnes de différents organismes par les membres de l'équipe. Bravo!

Je sais aussi que notre Atelier de travail créatif a trouvé le moyen de se rendre plus attrayant grâce à son équipe reconstituée et dynamique.

Il y eu, bien sûr, notre Troupe de théâtre *Les Fous de la scène* qui ont présenté à deux reprises leur pièce *Fanny au pays des cactus* et notre chorale *Les accordés*, qui a aussi offert deux récitals fort appréciés.

Mon souhait pour l'avenir est de développer plus de visibilité, que l'on sorte encore plus de la boîte et que les membres aient moins peur de la stigmatisation sociale.

Finalement, j'ai bien hâte de voir notre affiche extérieure qui nous mettra définitivement sur la « map ». Je suis fier de vous !

A handwritten signature in blue ink that reads "Jean-Pierre Gagné". The signature is written in a cursive, flowing style.

## Mot du conseil des membres



Le conseil des membres (CM) est composé de sept (7) membres usagers élus par leurs pairs, lors d'une élection, au mois de mai de chaque année. Celui-ci a le mandat de représenter les membres au conseil d'administration, auprès de l'équipe de travail mais aussi dans différentes représentations externes. C'est une instance essentielle pour porter la parole et s'assurer que les services correspondent aux besoins des membres.

Cette année, le CM s'est doté d'un objectif commun : **Se rapprocher des membres de manière innovante!**

Présentation des membres du CM :

- Marjolaine Blais
- Michelle Charest
- Hélène Huot
- Sophie Lacasse
- Tania Lafond
- Gaétan Lessard

Nous tenons à remercier l'implication de Véronique Tessier, Mireille Lemelin, Mélanie Croteau et Thomas Bilodeau, qui ont quitté le CM en cours d'année. Au courant de l'année, le CM a réalisé et organisé certains projets. Ceux-ci sont basés, pour la plupart, sur les suggestions et demandes provenant des membres. Par exemple :

- Améliorations au milieu de vie, de sorte à augmenter le sentiment de sécurité et le bien-être (ex : tapis anti-dérapant, achats de jeux de société, parfum/désodorisant dans le vestiaire, etc.)
- Détermination de valeurs reliant les membres du CM : **Innovation, collaboration, respect, joie et plaisir**
- Participation à un projet de capsules vidéo avec l'École de travail social de l'UdeS
- Création de la carte multi-achats
- Accompagnement des membres dans l'autonomisation des achats à la cantine
- Création et tenue de « moments spéciaux avec les membres » (consultations)
- Révision et refonte du dépliant explicatif du CM
- Organisation d'un dîner collectif rassembleur avec l'équipe de travail et les membres
- Organisation d'un repas commun visant le développement de la cohésion d'équipe au sein du CM
- Planification des élections du CM

## Mot de la codirection



*Danielle Bolduc  
Co-directrice*



*Jean-François Beaudoin  
Co-directeur*

Chères et chers membres,  
Chère communauté,

L'année écoulée a été marquée par de belles avancées pour notre organisme. En tant que codirection, nous avons misé sur la solidité de nos fondations pour continuer de bâtir une structure durable, humaine et fidèle à notre ADN.

L'un des accomplissements majeurs de cette année fut la consolidation de notre équipe. Nous avons pris le temps d'écouter, de structurer et d'accompagner notre personnel afin de renforcer le sentiment d'appartenance et d'assurer une meilleure cohérence dans notre fonctionnement interne. Cette démarche nous a permis de stabiliser nos ressources humaines, de clarifier les rôles et d'ancrer davantage une culture de collaboration et de reconnaissance de chacun.e.

En parallèle, nous avons élargi notre présence dans la communauté en ouvrant de nouvelles activités accessibles à tous. Ces espaces de rencontre, de soutien et de création ont été pensés pour répondre à un besoin réel d'inclusion, de dialogue et de mieux-être. Ils reflètent notre désir profond de tisser des liens durables avec les citoyennes et citoyens de Sherbrooke, dans une approche respectueuse, ouverte et inclusive.

Enfin, nous poursuivons notre travail de réflexion autour de notre offre de services. Il est essentiel pour nous que celle-ci reste alignée avec l'ADN de notre organisme. En ce sens, nous avons entamé un processus de clarification et d'affirmation de nos valeurs, de nos priorités d'action et de nos façons uniques d'accompagner et d'offrir des services.

Cette année fut donc marquée par un juste équilibre entre stabilité et ouverture. Nous sommes fiers du chemin parcouru et enthousiastes face à ce qui s'en vient. Merci à notre équipe, à nos partenaires et à notre communauté pour votre engagement et votre confiance. Ensemble, nous continuons de faire vivre un lieu où la dignité, l'espoir et le sens prennent toute leur place.

Two handwritten signatures in black ink. The first signature is 'Danielle Bolduc' and the second is 'J. Beaudoin'.

## Notre conseil d'administration 2024-2025

Notre conseil d'administration est composé de personnes aux expertises variées, complémentaires et ancrées dans la réalité du milieu. Leur engagement constant et leur présence active assurent une gouvernance solide, humaine et orientée vers les besoins de nos membres et de la communauté sherbrookoise. Ensemble, ils soutiennent avec conviction la mission de l'organisme et contribuent à son développement stratégique.

- Monsieur Jean-Pierre Gagné, président du CA depuis juin 2024, retraité du service social et actif dans le milieu communautaire, membre de notre CA depuis 2021
- Monsieur Aboubakr Mekhatria, vice-président depuis juin 2024, membre du CA depuis février 2023, enseignant en informatique
- Madame Louise Lachance, secrétaire du CA depuis août 2022, adjointe à la direction, membre de notre CA depuis octobre 2021
- Monsieur Sylvain Nicol, trésorier et membre du CA depuis juin 2024.
- Madame Gabrielle Ste-Croix, administratrice, organisatrice communautaire, membre de notre CA depuis novembre 2022
- Madame Sylvie Trudeau, administratrice depuis février 2023, spécialiste en éducation
- Madame Tania Lafond, administratrice au CA depuis mai 2023, représentante du conseil des membres.
- Madame Mireille Lemelin, administratrice du CA depuis juin 2024 et remplacée par Madame Suzanne Alarie depuis avril 2025.



*Notre équipe du conseil d'administration 2024-2025*

## Notre ADN

### Notre mission

Mobiliser autour des questions de santé mentale, les forces de l'individu et du collectif pour que les personnes citoyennes puissent surmonter les défis de santé mentale, avec ou sans diagnostic, ainsi que de favoriser le maintien d'une santé mentale positive dans le temps.

### Notre vision

Des personnes citoyennes, des groupes et une communauté sherbrookoise mobilisés et conscients de leurs forces et capacités à prévenir et composer avec les défis et aléas de la vie personnelle et professionnelle.

### Nos valeurs

#### Ouverture

Nous transformons en force les différences individuelles et collectives. Nous adoptons une posture favorable et accueillante face à l'extérieur.

#### Entraide

Nous sommes axés sur le rôle crucial que chacun joue dans le cheminement de l'autre et ce quel que soit le niveau d'implication positive qu'il est en mesure de faire.

#### Créativité

Nous sommes ouverts à l'innovation dans notre approche et nos façons de faire. Toujours en mouvement, notre ressource s'adapte à son contexte et évolue en continu.

#### Respect

Nous reconnaissons l'importance de traiter tout le monde avec bienveillance, que cela soit les participants, les membres, l'équipe de travail, les administrateurs, les partenaires et soi-même.

#### Plaisir

Chaque instant vise l'enrichissement de l'esprit et permet à la personne de vivre des situations positives et favorables à l'épanouissement.

### L'approche Alternative en santé mentale

L'Alternative, c'est d'abord et avant tout une philosophie, une vision du monde, un « autre » regard porté sur la santé mentale et sur les personnes qui vivent ou qui ont vécu des problèmes de santé mentale.



- Considérer et respecter la personne dans sa globalité : dans ses forces, ses fragilités, ses choix de vie, son rythme, sa différence et son unicité;
- La dimension humaine entre les personnes de la ressource : l'accueil, le respect, l'entraide, le partage, le soutien, l'écoute, la solidarité, la relation égalitaire;
- Sens donné à son existence et reprendre du pouvoir sur sa propre vie;
- Prise en compte de la place de la médication
- L'enracinement dans la communauté et l'engagement social et politique.

« *Ailleurs et autrement* » est le slogan du mouvement alternatif en santé mentale au Québec. Il est inspiré du discours des partisans de la désinstitutionalisation et signifie une volonté de développer des ressources ailleurs que dans les établissements de santé en psychiatrie et avec des pratiques différentes et complémentaires.



### Témoignage d'une ancienne employée



*À chaque fois que mes pensées divaguent vers mes expériences de travail du passé, elles me ramènent souvent vers La Cordée. Une grosse vague d'amour et de nostalgie refait surface. J'y retrouve ma deuxième maison, ma deuxième famille et des membres touchant de la communauté sherbrookoise.*

*Cette ressource n'a pas été qu'un simple milieu de travail, elle a su me révéler un équilibre entre la sécurité et la liberté d'action. Elle m'a connecté à des modèles marquants qui ont profondément influencé mes réflexions en santé mentale et auxquels j'aspire à ressembler dans ma pratique. Elle m'a surtout apporté des perspectives et des réponses importantes.*

*Chaque rencontre, chaque situation est là pour une raison et nous apporte son lot de réflexions et d'apprentissages. La Cordée prenait la forme pour moi d'une forme d'école de vie. À l'école on peut commettre des erreurs, on peut apprendre d'elles, on peut créer des liens forts, mais surtout il y est bien rare d'être seule.*

*Je souhaite aux membres, aux futurs membres, aux collègues et aux lecteurs du beau bilan annuel de la ressource de trouver votre école. Un lieu où vous pourrez afficher vos couleurs et vous épanouir dans le plaisir et la bienveillance.*

*Je ne pourrai jamais remercier suffisamment toutes les personnes qui m'ont légué des bagages précieux, ces expériences et ces souvenirs qui m'accompagnent encore aujourd'hui. Chaque échange, chaque conseil et chaque moment partagé ont façonné la personne que je suis devenue, et pour cela, je leur en serai toujours reconnaissante.*



**Alexandra**

## Bilan de nos orientations 2024-2025



### Action 1 :

#### Consolider les ressources humaines

C'était notre première orientation au plan stratégique et nous sommes fiers du travail accompli.

- Mise en place d'une nouvelle politique salariale
  - ✓ Plan de rattrapage salarial et bonification de 17% du salaire de base à l'intervention ainsi que reconnaissance de l'expérience
  - ✓ Grille salariale évolutive annuellement
- Mise à jour de notre manuel de la personne employée
  - ✓ Bonification de l'offre de congés et de vacances
  - ✓ Mise en place d'un plan de remboursement des frais et accès à la télémédecine et consultation en santé mentale
- Nous avons un superviseur clinique externe qui épaulé l'équipe
- Consolidation de nos outils de travail numériques
- Respect, entraide, collaboration et plaisir!

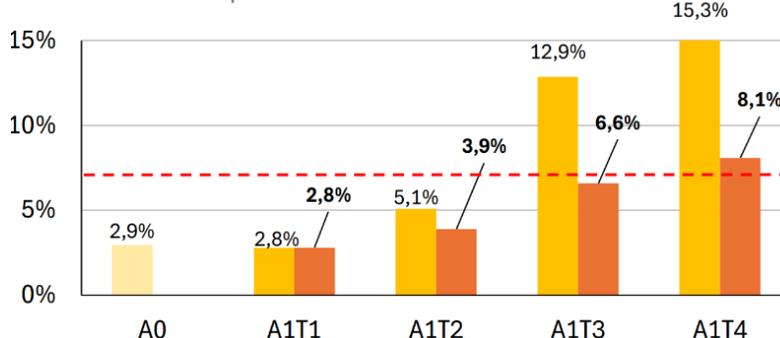
### Action 2 :

#### Poursuivre l'ouverture vers notre communauté

Au 31 mars 2025, un **pourcentage moyen de 8,1%** indiquait que nos activités étaient ouvertes à tout le monde : une constante évolution au fil des trimestres.



Évolution de la part d'activités ouvertes à la communauté



En somme, c'est **812 présences** de personnes non-membres soit **11,5% des présences totales** pour les activités proposées! Ces espaces de mixité sociale sont importants pour nous et nous aident à faire de la sensibilisation.

- Travail avec le comité programmation et mise en ligne d'une programmation numérique plus accessible
- Présence soutenue sur les médias sociaux (Facebook)
- Nouvelle collaboration à venir avec le projet PIC afin de se faire connaître davantage
- Notre campagne de financement 24-25 était axé sur cet aspect d'ouvrir vers notre communauté





### Action 3 :

#### Recentrer nos activités autour de notre ADN

Avec un nouvel ADN, il est important pour nous de recentrer notre offre de services en adéquation le trio mission / vision / valeurs ainsi qu'avec les besoins actuels.

Pour ce faire, plusieurs consultations auprès des membres ainsi qu'avec l'équipe de travail ont été faites. Avec notre consultante externe, Madame Lucile Defays, nous avons élaboré une grille de cotation des services selon plusieurs critères et une pondération précise.

- ✓ Mission et vision
- ✓ Valeurs
- ✓ Approche Alternative
- ✓ Besoins des membres
- ✓ Besoins populationnels
- ✓ Impacts financiers
- ✓ Rareté du service / activité
- ✓ Cote de priorisation (effort / impact)

Au 31 mars 2025, le travail est amorcé et toujours en cours. Ultimement, cela nous permettra d'ajuster notre offre de service pour la programmation d'automne 2025.



*Ce que j'aime de l'Atelier de travail créatif, c'est que je peux donner mes idées et voir qu'elles se réalisent!*



# La démocratie de notre organisme

## Assemblée générale annuelle

Annuellement, l'assemblée générale est convoquée pour les membres de la corporation afin qu'ils puissent être informés des activités tenues au courant de l'année. Ils peuvent également se positionner sur les grandes orientations de la ressource.

Nous avons tenu notre dernière assemblée générale annuelle le **jeudi 20 juin 2024**, à la salle communautaire Amédée-Beaudoin. La participation était de **20 membres actifs** et **20 invités** présents.

## Conseil d'administration et conseil exécutif

Le conseil d'administration est le phare de La Cordée et a le mandat de veiller à une bonne gestion globale de la ressource au niveau stratégique. Au total, **9 membres actifs de notre corporation** sont élus dont 3 personnes membres usagères. Entre le 1<sup>er</sup> avril 2024 et le 31 mars 2025, nous avons tenu **10 rencontres** du conseil d'administration.

## Codirection

Danielle et Jean-François sont les chefs d'orchestre de la ressource au quotidien et de son opérationnalisation. Ils veillent à coordonner les efforts collectifs pour l'actualisation de notre mission et le bon déroulement de nos activités, en réponse aux besoins de la communauté et de nos membres.

## Conseil des membres

Le conseil des membres est élu une fois par année et occupe un espace important dans la gouvernance de la ressource. Le conseil se rencontre une fois par mois et prend soin de traiter les enjeux qui préoccupent nos membres. Ils ont un fonctionnement et un budget qui permet une belle autonomie.

## La gestion participative

Notre ressource mise sur plusieurs espaces de **consultations**, d'**informations** et de **décisions** pour nos membres, notre personnel et les administrateurs.trices. Chacun peut y prendre part, selon l'intérêt face aux sujets abordés. Nous avons à cœur la participation des personnes afin que la ressource déploie des efforts cohérents aux besoins émergents. Cette démarche permet à tout le monde de développer des **connaissances** et également des acquis au niveau de la **prise de décision**, des habiletés de **communication**, du **travail d'équipe** et de **concertation**.

## Nos comités de travail permanents et Symposium

Nos membres usagers et toutes nos équipes (travail, CA, bénévoles) sont invités dans notre Espace comité, actuellement les jeudis matin. Cet espace permet d'**apprendre**, de **consulter**, de **s'engager** et d'**avancer** certains dossiers qui sont au cœur du bon fonctionnement de notre ressource. Au courant de l'année, c'est **236 présences** aux divers comités.

## Rencontre d'équipe, DJO et codéveloppement

Avec l'équipe de travail, nous avons, une fois par semaine, des rencontres en alternance (réunion d'équipe, demi-journée d'orientation et rencontre de codéveloppement) qui nous permettent une bonne **concertation**, d'**échanger** et de bien nous **orienter** autant sur des dossiers administratifs que cliniques. Cela est essentiel afin de travailler dans un **effort collectif** vers la réalisation de notre mission et de notre vision

## Accessibilité

Le **Centre de jour**, situé sur la rue Dufferin, est ouvert 52 semaines par année, du lundi au vendredi, de 9h à 16h. À noter que certains moments sont ouverts sur rendez-vous seulement et de soir.

L'**Atelier de travail créatif**, situé sur la rue Wellington Nord, est ouvert 48 semaines par année, du lundi au vendredi, de 9h à 16h. Nous sommes fermés 2 semaines l'été (vacances de la construction) ainsi que 2 semaines l'hiver (congrés des fêtes).

L'accompagnement aux **appartements supervisés** est assuré pendant 52 semaines, du lundi au vendredi.

Le **Réseau SMV** est situé au Centre de jour et est disponible du mardi au vendredi, de 9h à 16h, 52 semaines par année.

Notre ressource offre ces activités aux membres et aux personnes citoyennes du territoire de Sherbrooke.

## Notre membership 2024-2025

Au 31 mars 2025, nous comptabilisons **265 personnes membres** (diminution de 22% par rapport à l'année dernière) rejointes par l'ensemble de nos activités et nos services.

**Note importante** : nous avons fait programmer une mise à jour automatique de l'adhésion dans notre système, ce qui nous donnera des données plus justes. C'est donc dire que le nombre de membres de l'année dernière (2023-2024) était peut-être erroné.

Il est important de mentionner que certaines activités ont été offertes à des personnes non-membres et que nous avons vu une augmentation importante de la participation à ce type d'activités!

## Adhésion à notre corporation

Selon nos règlements généraux, adhérer à la corporation de la ressource permet de devenir un membre actif de notre corporation avec le pouvoir de **voter, proposer, appuyer** et **décider** lors d'assemblée générale (annuelle et/ou extraordinaire). En date du 31 mars 2024, nous avons **30 membres actifs, 0 membre associé** et **2 membres honorifiques**.



## Nos activités et services aux membres

Au cours de la dernière année, notre organisme a continué de bonifier son offre en proposant des services exclusifs destinés à nos membres. L'ensemble de ces activités, mises en place pour répondre de façon ciblée aux besoins, ont permis de renforcer notre engagement communautaire tout en favorisant **l'inclusion**, le **soutien** et la **participation active**.

### Accueil, référence et information

Nous offrons des rencontres d'accueil (sur RDV) pour les personnes voulant devenir membre de notre ressource. Cette rencontre permet de bien comprendre la réalité et de répondre aux questions. Au besoin, elle permet la référence vers un service approprié.

- **Nombre de personnes accueillies** : 78 personnes

### Accompagnement individuel

- **Accompagnement (594 heures)** : dans le cadre de certaines activités telles que le Par et pour les membres ou encore nos activités de développement de l'employabilité (ex : programme PAAS-Action).
- **Intervention ponctuelle (1303 heures)** : lorsque nos milieux de vie sont ouverts, nous proposons une disponibilité en intervention. Ainsi un.e membre ou un.e participant.e qui ressent le besoin de se déposer et d'être écouté peut simplement demander à l'intervenant.e disponible un moment d'échange.
- **Suivi court terme (83 heures)** : la personne peut formuler une courte demande par écrit afin d'exposer brièvement sa demande et sa préférence d'intervenant.e. Ce type d'intervention est possible pour 1 à 5 rencontres. Si un suivi moyen-long est nécessaire, nous assurons une référence vers nos partenaires.
- **Suivi long terme (144 heures)** : dans le cadre de notre accompagnement aux appartements supervisés, la personne bénéficie d'un suivi hebdomadaire pour une période d'un an. Lorsqu'elle quitte, un suivi post-hébergement bimensuel de 3 mois est proposé, à la convenance de la personne.
- **Accompagnement externe (4 heures)** : selon certaines conditions et selon notre disponibilité, nous pouvons assurer un accompagnement externe, à la demande de la personne.
- **Intervention en situation de crise (16 heures)** : plus rarement, nous assurons des interventions en situation de crise et faisons la référence vers la ressource appropriée.



## Ateliers de croissance

Pour acquérir des outils, des ressources ou encore pour faire ressortir les forces et les capacités des personnes qui y participent. La programmation des ateliers varie durant l'année, selon les besoins émergents.

## Activités Par et pour les membres

Les activités proposées permettent à nos membres de mettre de l'avant leurs forces et habiletés pour les autres membres. Plusieurs activités variées sont proposées tout au long de l'année : ateliers d'acrylique, bingo, cinéma et discussions, ateliers de dessin, ateliers de tricot, comité journal et encore plus!

## Groupe d'entraide

Un groupe de soutien qui permet de partager et de s'entraider à travers différents thèmes. Se sentir compris par d'autres personnes peut faire une différence importante.

## Activités de loisirs

Parce que nous aimons nous regrouper et avoir du plaisir, nous organisons diverses sorties et activités de loisirs pour les membres! Que ce soit la fête de la St-Valentin, des sorties au cinéma, la cueillette de fraises, la fête de Noël, ou encore se sucrer le bec à la cabane à sucre, le plaisir est au rendez-vous!

## Vie associative et démocratique

Représentation au conseil des membres, participation aux comités de travail (**total de 297 présences**), aux consultations, ainsi qu'aux moments d'échanges et de décisions de la ressource.

- **Comité finances (40 présences, 5 rencontres)** : ce comité voit à informer, discuter et orienter les dossiers en lien avec la gestion financière de la ressource (ex : prévisions budgétaires, demande PSOC, etc.).
- **Comité politiques internes (42 présences, 4 rencontres)** : des dossiers de régie interne sont travaillés dans ce comité (ex : politique de travail, politique salariale, équité salariale, conditions de travail, etc.).
- **Comité promotion (40 présences, 5 rencontres)** : comité ayant un mandat en lien avec les dossiers qui touchent à la promotion de la santé mentale (ex : affichage extérieur, médias sociaux, Escouade DSM, etc.).
- **Comité programmation (65 présences, 6 rencontres)** : comité qui orchestre les programmations au 3 mois (ex : activités récurrentes, activités spéciales, programmation d'été, semaine de la santé mentale, etc.).
- **Comité clinique (49 présences, 5 rencontres)** : un comité qui a pour but d'actualiser l'intervention dans la ressource, en réponse aux besoins des membres et de la communauté.
- **Comité hébergement (8 rencontres)** : il s'agit d'un comité fermé aux membres puisqu'il traite de dossiers de personnes pour l'attribution de logements supervisés.
- **Symposium (61 présences, 3 journées)** : les symposiums sont des moments, une fois par programmation, pour une mise en commun des dossiers importants traités en comité de travail;
- **Consultations (30 présences, 3 consultations)** : moment qui nous permet de nous asseoir avec les membres et mieux comprendre les enjeux vécus.
- **Conseil des membres (38 présences, 8 rencontres)** : le CM se rencontre plusieurs fois par année pour se mobiliser pour les besoins des autres membres.

## Milieus de vie et repas communautaires

Ces services sont très appréciés de nos membres. Ils permettent l'accès aux divers milieux de vie afin de répondre à plusieurs besoins : briser l'isolement, prendre un café, jouer à des jeux, participer à l'atelier de travail créatif, partager un bon repas de la Mijoterie et plus encore!

- **Présences en milieu de vie du Centre de jour** : 1251 présences
- **Présences à l'Atelier de travail créatif** : 1776 présences
- **Présences à nos moments de repas** : 948 présences
- **Nombre d'heures de l'équipe en présence / disponibilité** : 3501 heures

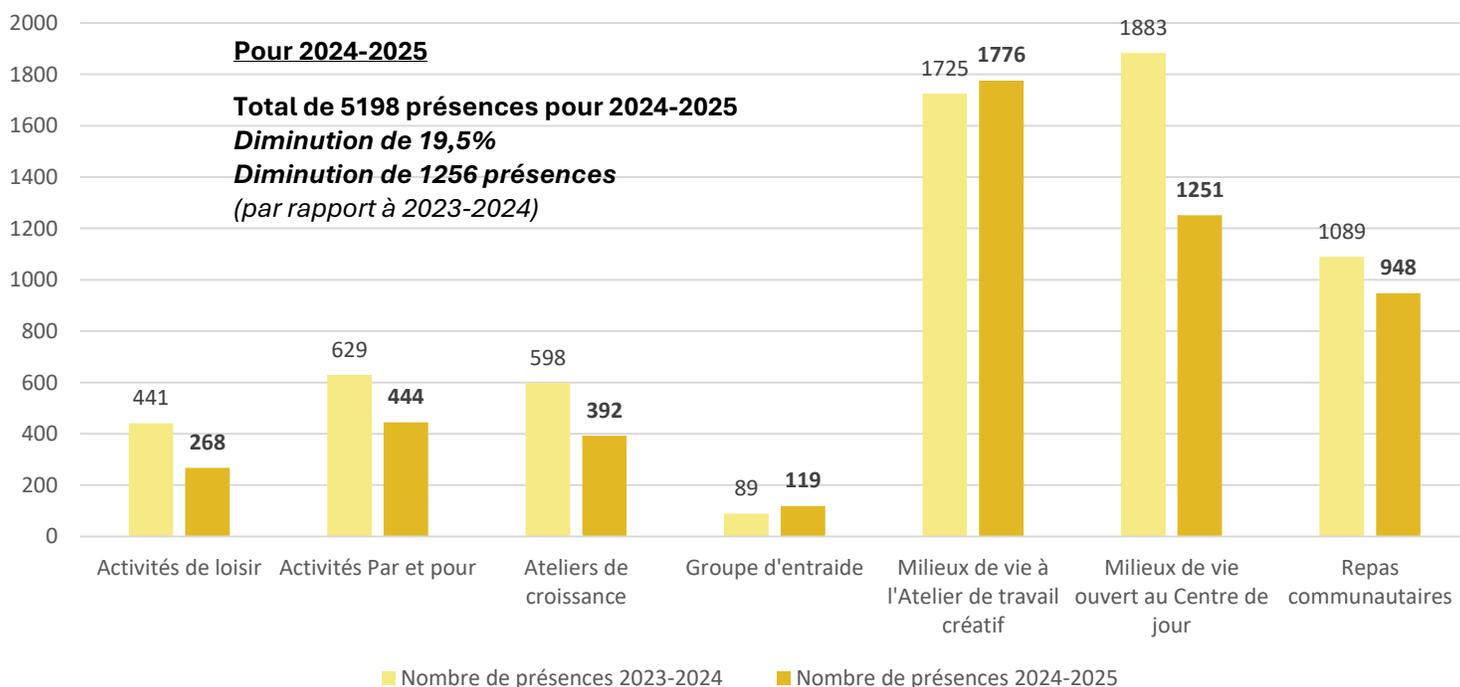
Plus de détails sur l'Atelier de travail créatif à la section « *Quelques statistiques supplémentaires* ».

## Appartements supervisés

Nous offrons un accompagnement pour la transition vers un logement autonome. Cet accompagnement, autant en individuel qu'en groupe, permet le développement d'habiletés vers une vie plus autonome.

Plus de détails sur les appartements supervisés à la section « *Quelques statistiques supplémentaires* ».

### Les présences aux activités et services aux membres



*Un endroit où je peux être moi-même. C'est un endroit où je peux me consacrer à ma passion, l'écriture. C'est un endroit où je peux me ressourcer et faire de belles rencontres. La Cordée, c'est un moment que je prends pour moi-même.*

## Nos activités et services à la communauté

Tout au long de l'année, nous avons poursuivi notre engagement envers la communauté sherbrookoise en offrant une variété de services et d'activités ouverts à toutes et à tous. Notre programmation s'est élargie de façon significative, reflétant notre volonté d'être davantage présents sur le terrain et à l'écoute des besoins de notre communauté. Grâce à cette offre grandissante, nous favorisons des espaces inclusifs, rassembleurs et accessibles pour toute la population.

### Activité de promotion de la santé mentale

Nous proposons diverses actions de promotion et de sensibilisation pour notre communauté, telles que le théâtre, des kiosques d'information et d'autres actions pour la santé mentale ainsi que durant la semaine de la santé mentale.

Il ne faudrait pas oublier notre présence en ligne sur les médias sociaux et sur notre site internet (voir graphiques page suivante).

### Atelier DSM

Notre Escouade de démystification de la santé mentale se rend disponible pour nos partenaires et les entreprises pour créer un espace dans lequel on parle de santé mentale ouvertement!

### Soutien-conseil

Nous offrons notre soutien aux organismes partenaires et aux professionnels travaillant auprès des aînés, afin de les accompagner dans les enjeux de santé mentale vécus par leur clientèle.

Plus de détails sur le Réseau SMV à la section « *Quelques statistiques supplémentaires* ».

### Ateliers de croissance

Certains de nos ateliers sont proposés à tous.tes pour acquérir des outils ou encore pour faire ressortir vos forces ou votre créativité. Par exemple, Notre atelier « Mieux vivre avec les voix » est ouvert à tout le monde, sur inscription.

*L'atelier Mieux vivre avec les voix m'a permis de mieux me comprendre et de mieux les comprendre...*



## Journée citoyenne

Nous proposons des journées de réflexion et d'action autour d'enjeux citoyens, une fois par mois. Un total de **120 présences** a été noté pour l'année que nous venons de passer.

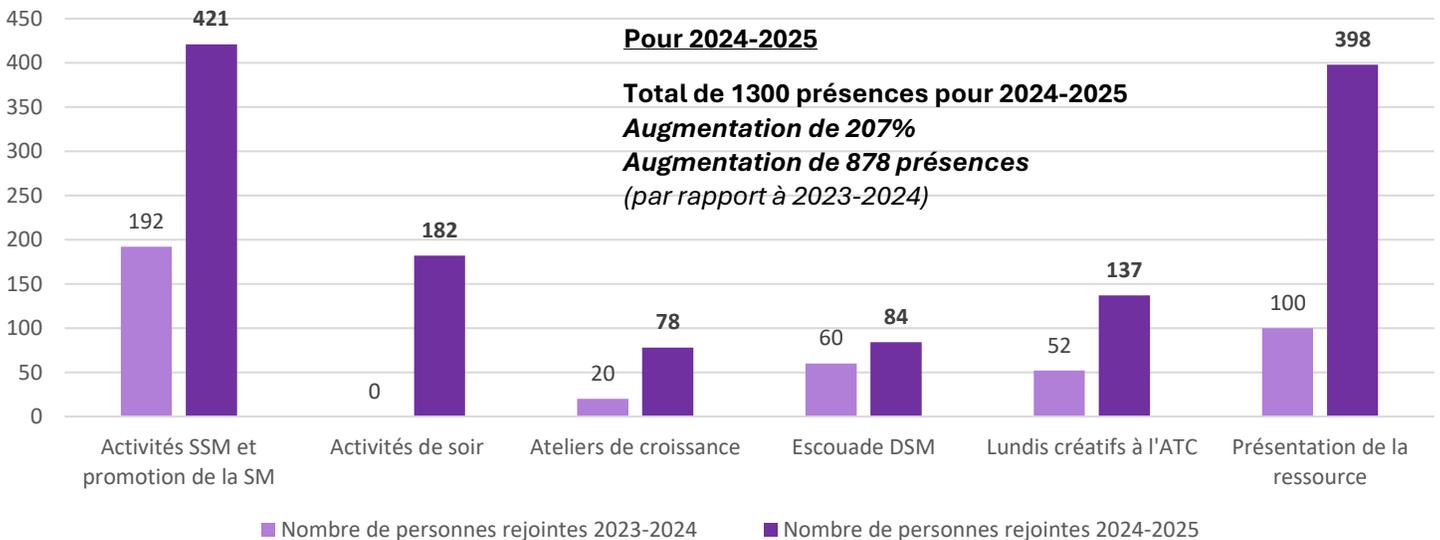
## Friperie Le Support

Nous proposons à la communauté, une friperie, ayant pignon sur la rue Wellington Nord, de vêtements usagés, d'objets revalorisés et de produits fabriqués en atelier. Elle permet aussi la mise en action de nos personnes participantes.

## Bénévolat

Annuellement, plusieurs personnes s'impliquent et investissent du temps dans la ressource. Que ce soit les personnes administratrices ou des personnes étudiantes, ces efforts permettent le déploiement de nos différentes activités. Un total de **921 heures** ont été comptabilisées. Merci beaucoup!

### Nombre de personnes rejointes par nos activités à la communauté



#### Followers

Global

1573

#### Genre et âge

30 %

20 %

10 %

0 %

18-24

25-34

35-44

45-54

55-64

65+

Femmes  
76,9 %

Hommes  
23,1 %



Abonnés sur notre page Facebook

44 045 vues de nos différentes publications!

## Nos équipes : la force de notre complémentarité!

La Cordée, ce sont plusieurs personnes qui mettent l'épaule à la roue pour actualiser notre mission et soutenir la cause de la santé mentale. **Merci** pour votre implication avec nous, c'est important!

### Notre équipe de travail

- Danielle Bolduc, co-directrice
- Jean-François Beaudoin, co-directeur
- Solange Champigny, technicienne comptable
- Jacob Hamelin-Lucas, intervenant en santé mentale
- Maude Bégin, intervenante en santé mentale
- Victoria De Loof-Rochette, intervenante en santé mentale
- Laurent Bolduc-Laventure, intervenant en santé mentale
- Noémie Beaucage, pair-aidante en santé mentale
- Rosalie Martel, intervenante en santé mentale
- David Lacharité, intervenant en santé mentale
- Audélie Quirion, intervenante en santé mentale

### Nos bénévoles

Nous tenons à remercier notre équipe de bénévoles pour le précieux temps investi dans notre ressource et auprès des membres. Au total, pour l'année 2024-2025, c'est **40 personnes** bénévoles et **921 heures** (augmentation de 27%) qui ont été déployées. **Merci** milles fois!

### Nos stagiaires

Nous souhaitons mettre en avant la **collaboration** que la Cordée RASM entretient depuis plusieurs années avec les établissements scolaires. Chaque année, nous avons le plaisir d'accueillir des stagiaires de l'Université de Sherbrooke ainsi que du Cégep de Sherbrooke. Cette année, deux nouvelles collaborations avec l'Université Bishop et le Cégep de Baie-Comeau ont enrichi cette belle dynamique. Nous sommes fiers du **cheminement** et de la **contribution** de ces cinq stagiaires au sein de notre ressource.

- Audélie Quirion, bacc. en travail social, 566 heures
- Florence Breault, bacc. en psychoéducation, 142 heures
- Raphaël Labonté, technique en éducation spécialisée, 63 heures
- Lianne Walsh, bacc. en psychologie, 493 heures
- Marie-Christine Parent, AEC en travail social, 192 heures

### Personnes en développement de l'employabilité

En collaboration avec Emploi Québec, nous accueillons des personnes **engagées** sur des programmes de développement de l'employabilité. Au total, **9 personnes** ont vécu un accompagnement avec le programme PAAS-Action. **Merci** d'être avec nous, pour les efforts déployés et de nous aider à rendre nos milieux de vie vibrants!



## Notre équipe d'été 2024

Nous avons eu la grande chance de miser sur 2 intervenantes d'été **engagées** et **complémentaires** pour notre été 2024. **Merci** pour le bel été passé avec nous et bonne continuité!

- Marion Doré-Caillouette, étudiante en travail social à l'Université de Sherbrooke
- Laurie Fortin, étudiante en psychologie à l'Université de Sherbrooke

## Notre développement et notre formation continue

Tout au long de notre année, nous avons bénéficié de plusieurs **formations** et **opportunités** afin d'assurer une mise à jour constante de nos connaissances et de nos pratiques.

- Formation Urgence-Vie (premiers soins)
- Journée de ressourcement
- Apprentissages durant nos comités de travail permanents hebdomadaires
- Soutien et formations du ROC de l'Estrie
- Visites chez nos partenaires en psychiatrie (CIUSSS de l'Estrie CHUS)
- Communauté de pratique GAM (RRASMQ)
- Webinaire-TACAE (nouvelle réglementation de l'aide sociale)
- Resté serein face à des clientèle difficile/dissoudre la résistance
- Prévenir et résoudre les conflits (ressource humaine)
- Aider les personnes souffrant du trouble d'accumulation compulsif
- Communauté de pratique pour gestionnaire d'OSBL d'habitation
- Microsoft 365 : Gérer ses fichiers pour une collaboration efficace
- Outlook : Augmenter votre efficacité
- Symposium (mise en commun des comités de travail)
- Rencontres de co-développement avec un clinicien en santé mentale.
- Formation sur l'intervention en situation de crise suicidaire (JEVI)
- Les Petits rendez-vous de l'Alternative (RRASMQ)
- Formation PDSB (Prévention et intervention sécuritaire auprès de la clientèle à risque de chute)
- Mentaliser en psychothérapie ; mieux intervenir en situations complexes.
- Entendeurs de voix
- Gérer humainement et reconnaître ses ressources bénévoles
- Améliorer les fonctions exécutives pour TDAH et autre diagnostic en santé mentale
- Microsoft 365 : Gérer ses suivis et organiser ses tâches pour une productivité maximale
- Supporting a Loved One Through Antidepressant Withdrawal: A Guide for Caregivers



## Nos contributions et nos participations sociales

Notre ressource est très fière de déployer des efforts pour un **mieux-être collectif et communautaire**, avec nos différents partenaires. Nous sommes convaincus que nos contributions et nos participations sociales aideront, ultimement, à l'**amélioration des conditions de vie** des personnes citoyennes.

- Représentation à l'AGA de la CDC de Sherbrooke
- Participation à la communauté de pratique GAM
- Membre du ROC de l'Estrie
- Membre de la CDC de Sherbrooke
- Membre au Journal de rue
- Membre du CAB de Sherbrooke
- Membre de Ma Communauté (anciennement Arrondissement Sherbrooke)
- Membre de la Chambre de commerce de Sherbrooke
- Membre de soutien Arrimage Estrie
- Coordination du CACSMV
- Activité de résautage des organismes en santé mentale de l'Estrie et des équipe santé mentle du CIUSS
- Présentation de la ressource dans plusieurs milieux (CÉGEP, Université, organismes partenaires)
- Présentation de la pièce de théâtre « Fanny au Pays des cactus » (captation) pour les patients.tes et professionnels.elles de l'Hotel-Dieu
- Collaboration avec Emploi Québec (programme PAAS-Action)
- Collaboration avec le service de police de Sherbrooke Kiosque au salon 50+ de l'Estrie (FADOQ)
- Démarche d'équité salariale (CNESST)
- Membre affilié à la Ville de Sherbrooke
- Membre et représentation au RRCSME
- Collaboration avec le Cégep de Sherbrooke pour les stages
- Collaboration avec l'Université de Sherbrooke pour les stages
- Collaboration avec l'Université Bishop's pour les stages
- Représentation à la TACAE
- Réalisation d'une journée portes ouvertes pour la campagne de financement (8 mars 2025)
- Participation à l'AGA et à divers évènements du RRASMQ
- Collaboration au projet de participation sociale des personnes âgées au Centre-Ville de Sherbrooke
- Coordination du comité clinique avec les partenaires du CIUSSS de l'Estrie CHUS
- Collaboration avec le Réseau Éclaireurs piloté par l'Accorderie
- Animation d'ateliers DSM (démystification de la santé mentale) chez des divers partenaires
- Présentation de la ressource au Partage St-François
- Présentation de nos services à Air Ouverte
- Café rencontres à la Coop des Haubans
- Collaboration avec la troupe d'artiste de la scène Muse et Chimère
- Collaboration à la création de la concertation santé mentale Sherbrooke

## Nos collaborateurs

Notre travail et l'actualisation de notre mission serait impossible sans la **précieuse collaboration** de nos divers partenaires financiers et cliniques. Merci beaucoup pour votre appui, c'est important pour nous!

### Nos partenaires financiers et commanditaires

#### Partenaires financiers 2024-2025

- Ministère de la santé et des services sociaux du Québec
- CIUSSS de l'Estrie CHUS
- Fondation J.Armand Bombardier
- Fondation Laure-Gaudreau
- Fonds philanthropiques Desjardins – Fonds Marie et André
- Agence du revenu Canada (emplois d'été)
- Emploi Québec (PAAS-Action et Services aux entreprises)

#### Commanditaires pour la fête de Noël 2024

- Librairie Appalaches
- T.A.F.I. et compagnie
- IGA Extra (Belvédère)
- La Maison du cinéma
- Estrie-Aide
- La Chaudronné de l'Estrie
- Boutique L'œil du chat
- Salon de coiffure 109
- Boutique Du doux
- Super C
- Restaurant Eggquis
- Coiffure Fernando
- Musée des beaux-arts de Sherbrooke
- Musée des sciences et de la nature de Sherbrooke
- Restaurant Baladi
- Boutique n'importe quoi
- Centre Multi Loisir de Sherbrooke
- Clinique Kiné plus
- Tourne Livre
- La friperie le Support

### Nos collaborateurs dans la communauté et en intervention

- CIUSSS de l'Estrie CHUS
- Université de Sherbrooke
- Université Bishop's
- CÉGEP de Sherbrooke
- Emploi Québec
- Pro-Def Estrie
- SHQ
- FROHME
- Coop funéraire de l'Estrie
- Journal de rue de l'Estrie
- Moisson-Estrie
- Service d'aide en prévention de la criminalité (programme travaux compensatoires)
- T.A.F.I. et compagnie
- Les productions Muses et Chimères
- Ville de Sherbrooke (membre affilié)
- Concertation santé mentale Sherbrooke (CSMS)
- Mon Shack ! Mon choix ! Mon avenir !
- Bibliothèque Éva-Sénécal
- ROC de l'Estrie
- CDC de Sherbrooke
- RRASMQ
- RRCSME
- CAB de Sherbrooke
- Chambre de commerce de Sherbrooke
- AQRP
- Umamo
- Distribution Solidaire
- TACAE
- Table Concertation Aînés de Sherbrooke
- Orientation-travail
- JEVI
- Accorderie/Café baobab
- Écocert Canada
- Nouvelles Racines

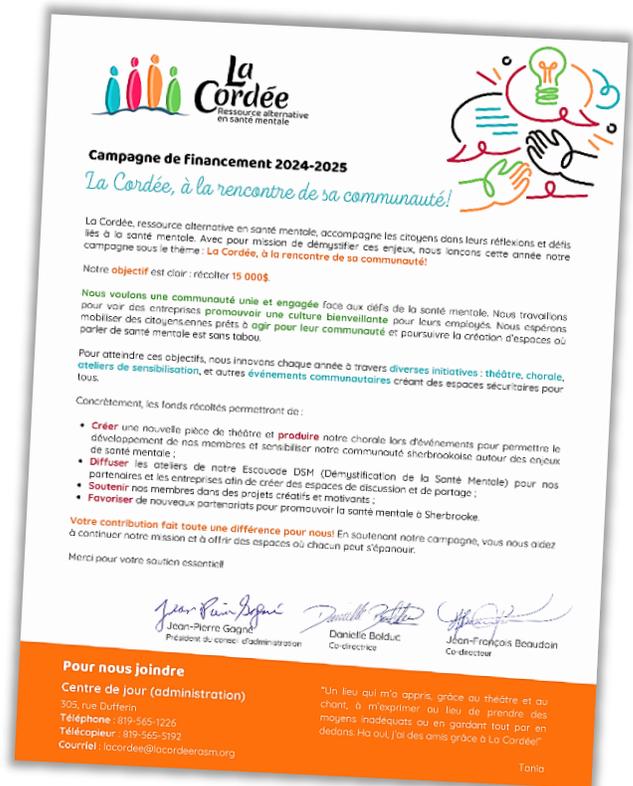
## Notre campagne de financement 2024-2025

Nous avons lancé cette année une campagne de financement avec l'ambition de renforcer nos liens avec la communauté sherbrookoise et de mieux répondre aux besoins en santé mentale.

L'objectif fixé était de **15000\$**. Grâce à l'appui généreux de nos partenaires, donateurs et citoyens.nes engagés.es, nous avons largement dépassé cet objectif en recueillant un montant de **22400\$**.

Ce succès témoigne de l'importance que notre communauté accorde à la santé mentale et de sa volonté de contribuer activement à un changement positif. Ces fonds nous permettront d'élargir notre portée, de renforcer notre présence dans la communauté et ainsi, mettre l'épaule à la roue pour une meilleure santé mentale collective.

Nous tenons à remercier sincèrement toutes celles et ceux qui croit à notre mission. Votre soutien nous donne l'élan nécessaire pour poursuivre notre engagement avec encore plus de détermination. Merci de faire partie du changement!



## Quelques statistiques supplémentaires

### Atelier de travail créatif

#### Participation à l'atelier

<b>81%</b> (taux d'occupation)	Au courant de l'année, pour l'ensemble de nos activités à l'atelier de travail, plus de 79% de nos places ont été occupées, soit une <b>augmentation de 2%</b> par rapport à l'année dernière. Le taux d'assiduité est le même depuis maintenant 3 ans, soit de 70%.
<b>70%</b> (taux d'assiduité)	
<b>40 présences</b>	C'est le nombre de présences par semaine, en moyenne, sur nos 7 différentes plages horaires, soit une moyenne stable depuis 3 ans.
<b>72 personnes</b>	Nombre de personnes différentes ayant participé à l'Atelier de travail créatif entre le 1 <sup>er</sup> avril 2024 et 31 mars 2025.
<b>1776 présences</b> (+ 3%)	C'est le nombre de personnes ayant participées à nos activités au courant de l'année. Nous comptabilisons un peu plus de moments fermés ponctuellement au courant de l'année (par exemple, formation de l'équipe).

#### Nouvelles personnes accueillies

<b>14 nouvelles personnes</b>	6 références du CIUSSS de l'Estrie CHUS, 6 personnes étant déjà membre de l'organisme, 1 personne est venue d'elle-même et 1 personne a été référé par un proche.
-------------------------------	---

#### Semaines thématiques

<b>1504 présences</b> (+5,3%)	C'est dans nos semaines thématiques que nous abordons divers thèmes variés autant sur le <b>développement personnel</b> que <b>professionnel</b> , en passant par l'actualité et des moments créatifs. Ultimement, ces capsules permettent d' <b>échanger</b> , de s' <b>entraider</b> , de s' <b>informer</b> et de <b>développer</b> de nouveaux outils pour la construction de l'identité personnelle ou professionnelle.
----------------------------------	--

### Réseau SMV

#### Le CACSMV

<b>5 rencontres régulières</b>	Le CACSMV, qui existe depuis maintenant 6 ans, est un regroupement d'organismes et organisations qui ont, parmi leurs membres ou usagers, des personnes présentant une situation de vulnérabilité liée au vieillissement. Ce lieu de <b>rencontre</b> et d' <b>échange</b> favorise la discussion entre partenaires dans un objectif d'arrimage concerté afin de <b>soutenir</b> et d' <b>outiller</b> les différents intervenants qui œuvrent auprès des personnes ciblées par ce comité. Le comité est composé de <b>16 personnes</b> et <b>12 organisations (moyenne de 12 personnes par rencontre)</b> .
<b>1 rencontres de codéveloppement</b>	Ces rencontres permettent d'élaborer autour d'enjeux cliniques afin que les personnes âgées dans le besoin puissent accéder aux services adéquats. La force de collaboration et de concertation des partenaires est riches et importantes pour le mieux-être des personnes.
<b>3 moments de formation</b>	Madame Danielle Pinsonneault (L'entretien motivationnel), Madame Alexandra Lebreux-Marin (L'aptitude à consentir aux soins) et Docteur Guy Lacombe (Les troubles neurocognitifs).

## Soutien-conseil

### Soutien-conseil

Au courant de l'année, nous avons reçu un bon nombre d'appels de nos partenaires. Le but est d'accompagner les intervenants ou autres employés qui veulent recevoir du soutien pour des situations qu'ils jugent difficiles. Nous avons pris le temps de répondre à leurs questions et ensemble avons travaillé sur des pistes de solutions. Majoritairement, les appels proviennent des organismes communautaires et du CIUSSS de l'Estrie-CHUS.



*Excellente rencontre enrichissante, beaux échanges! C'est bien d'entendre les idées des autres, c'est pertinent et enrichissant.*

*Intervenante participant au CACSMV*



## Appartements supervisés

### Occupation en cours d'année

**60%**  
(taux d'occupation)

Entre le 1<sup>er</sup> avril 2024 et 31 mars 2025, nous avons observé un taux d'occupation de 60% en moyenne. Ce pourcentage s'explique par le fait que nous avons eu des rénovations majeures à faire avant de louer certains appartements.

**8 personnes**

Au total, 8 personnes (4 femmes et 4 hommes) ont profité d'accompagnement offert. Trois (3) de ces locataires ont quitté en cours d'année (2 personnes vers un appartement, 1 personne vers une situation d'itinérance) 5 personnes ont intégré un de nos appartement durant cette période.

**5 groupes**

En plus des suivis individuels offerts et dans le but de développer des habiletés et des ressources, nous avons tenu 5 groupes de soutien, sur une possibilité de 12, autour de diverses thématiques avec les locataires. Le manque de locataires ou de participation explique le fait que certain groupe n'ont pas été donné.

### Les demandes traitées

**6 acceptations**

Sur 6 acceptations, 5 personnes se sont faites attribuées un logement, 1 personne étaient en attente et 2 personnes en traitement au 31 mars dernier.

**3 désistements**

Durant le processus de demande, nous avons observé le désistement de 3 personnes. Par exemple, une personne peut avoir trouvé un logement entre-temps.

**5 refus**

Un total de 5 personnes a été refusées à la suite de l'analyse clinique du comité hébergement.



## Nos orientations 2025-2026



### Action 1 :

#### Actualiser notre offre de services

En cohérence avec notre planification 2024-2027, nous allons travailler l'orientation 2 qui consiste à recentrer notre offre de services autour de notre ADN et des besoins actuels. Cette action est d'autant plus nécessaire puisque nous tentons de nous ouvrir davantage sur notre communauté sherbrookoise. De plus, avec les années, les besoins des personnes membre de la ressource ont évolué.

Au final, cette démarche vise à renforcer notre impact en mettant nos forces là où elles sont le plus utiles.

### Action 2 :

#### Mise en place d'un plan de communication

Comment rayonner davantage? Comment être plus connu? Comment accentuer notre présence en ligne? Voilà bien des questions auxquelles nous tenterons de répondre!

En partenariat avec des personnes étudiantes en gestion à l'Université de Sherbrooke (Projet PIC), nous désirons mettre en place un plan de communication. Cette action permettra de mieux nous faire connaître et de rejoindre un plus grand bassin de personnes. Les stratégies retenues permettront également une meilleure efficacité du duo « effort / impact ».



### Action 3 :

#### Faire évoluer le rôle des différents acteurs de la ressource

Dans un contexte en constante évolution, il devient essentiel de redéfinir et d'enrichir le rôle des acteurs de la ressource afin de mieux répondre aux besoins, de renforcer l'engagement collectif et de favoriser une culture de collaboration durable.

Il est important pour nous de proposer une variété de façons pour les membres de s'impliquer selon leurs compétences, leurs intérêts et leur disponibilité. En multipliant les portes d'entrée à l'engagement, on favorise une dynamique inclusive et vivante.

Il est également essentiel de reconnaître et de valoriser les diverses formes de participation, qu'elles soient ponctuelles, continues, symboliques ou actives. Nous souhaitons que chaque membre, quel que soit son niveau d'engagement, se sente reconnu et ait le sentiment que sa contribution compte.



## Annexe 1 – Synthèse de notre planification stratégique 24-27

### NOS PRINCIPES

MISSION	VISION	VALEURS
Mobiliser autour des questions de santé mentale, les forces de l'individu et du collectif pour que les personnes citoyennes puissent surmonter les défis de santé mentale, avec ou sans diagnostic, ainsi que de favoriser le maintien dans le temps d'une santé mentale positive.	Des personnes citoyennes, des groupes et une communauté sherbrookoise mobilisés et conscients de leurs forces et capacités à prévenir et composer avec les défis et aléas de la vie personnelle et professionnelle.	<p><b>Ouverture</b> - Nous transformons en force les différences individuelles et collectives. Nous adoptons une posture favorable et accueillante face à l'extérieur.</p> <p><b>Entraide</b> - Nous sommes axés sur le rôle crucial que chacun joue dans le cheminement de l'autre et ce, quel que soit le niveau d'implication positive qu'il est en mesure de faire.</p> <p><b>Créativité</b> - Nous sommes ouverts à l'innovation dans notre approche et nos façons de faire. Toujours en mouvement, notre ressource s'adapte à son contexte et évolue en continu.</p> <p><b>Respect</b> - Nous reconnaissons l'importance de traiter tout le monde avec bienveillance, que cela soit les participants, les membres, l'équipe de travail, les administrateurs, les partenaires et soi-même.</p> <p><b>Plaisir</b> - Chaque instant vise l'enrichissement de l'esprit et permet à la personne de vivre des situations positives et favorables à l'épanouissement.</p>

### NOS ORIENTATIONS

<b>Orientation 1</b> : Favoriser l'épanouissement professionnel de nos RH	1.1. Agir sur les facteurs de mobilisation 1.2. Maintenir une culture favorable 1.3. Protéger la santé mentale de nos équipes
<b>Orientation 2</b> : Recentrer l'offre de service autour de notre ADN	2.1. Limiter notre champ d'action 2.2. Réorganiser notre offre en ciblant les besoins
<b>Orientation 3</b> : Sécuriser le financement de l'organisation	3.1. Augmenter la part de l'autofinancement 3.2. Rapatrier le financement par projet 3.3. Allouer les ressources financières optimalement
<b>Orientation 4</b> : Ouvrir la ressource à la communauté	4.1. Nouer des partenariats gagnant-gagnant 4.2. Ouvrir la ressource sur l'extérieur
<b>Orientation 5</b> : Faire évoluer le rôle des acteurs de la ressource	5.1. Créer différentes opportunités d'implication 5.2. Reconnaître tous les niveaux d'implication des membres



## Glossaire

AGA	Assemblée générale annuelle
AGE	Assemblée générale extraordinaire
AQRP	Association québécoise de réadaptation psychosociale
AQDR	Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées
ATC	Atelier de travail créatif
AVD / AVQ	Habitudes de vie domestique / Habitudes de vie quotidienne
CA / CE	Conseil d'administration / Conseil exécutif
CAB	Centre d'action bénévole
CACSMV	Comité arrimage clinique santé mentale et vieillissement
CDC	Corporation de développement communautaire
CIUSSS	Centre et institut universitaire de santé des services sociaux
CM	Conseil des membres
DAMIA	Demande d'aide en contexte de maltraitance et d'intimidation chez les personnes âgées
DJO	Demi-journée orientation
EAS	Entente en activité spécifique
FROHME	Fédération régionale des OSBL d'habitation de la Montérégie et de l'Estrie
GAM	Gestion autonome de la médication
HLM	Habitation à loyer modique
IRIS	Institut de recherche et d'informations socioéconomique
MSSS	Ministère de la santé et des services sociaux
PAAS-Action	Programme d'aide et d'accompagnement social, volet Action
PSOC	Programme de soutien aux organismes communautaires
RH	Ressources humaines
RRASMQ	Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec
RRCSMQ	Regroupement des ressources communautaires en santé mentale de l'Estrie
RTF / RTI	Ressource de type familial / Ressource de type intermédiaire
ROC	Regroupement des organismes communautaires de l'Estrie
SAPA	Soutien à l'autonomie des personnes âgées
SAPC	Service d'aide en prévention de la criminalité
SHQ	Société d'habitation du Québec
SMV	Santé mentale et vieillissement
SSM	Semaine de la santé mentale
TACAE	Table d'action contre l'appauvrissement de l'Estrie
TCA	Table concertation aînés de Sherbrooke
TDAH	Trouble du déficit de l'attention avec/sans hyperactivité
CNESST	Commission des normes en santé et sécurité au travail