

BILAN ANNUEL

2025 / 2026

La Cordée
Ressource alternative en santé mentale

La Cordée, ressource alternative en santé mentale

Bilan annuel 2025-2026
Préparé par Jean-François Beaudoin et Danielle Bolduc, codirecteur et codirectrice
Présenté et adopté en conseil d'administration, le 28 mai 2026
Pour présentation et dépôt en assemblée générale annuelle, le 18 juin 2026

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
Courriel (direction) : direction@lacordeerasm.org
Site internet : 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

Mot de la présidence **4**

Mot du conseil des membres **6**

Mot de la codirection **7**

Notre conseil d'administration 2025-2026 ..... **8**

Notre ADN **9**

Notre mission 9
Notre vision 9
Nos valeurs 9
L'approche Alternative en santé mentale 10

Bilan de nos orientations 2025-2026 ..... **11**

Action 1 : Actualiser notre offre de services 11
Action 2 : Mise en place d'un plan de communication 11
Action 3 : Faire évoluer le rôle des différents acteurs de la ressource 11

La démocratie de notre organisme **12**

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
Nous sommes un organisme de l'ACA 13

Accessibilité **15**

Notre membership 2025-2026 ..... **15**

Adhésion à notre corporation 15

Nos activités et services aux membres **16**

Accueil, référence et information 16
Accompagnement individuel 16
Ateliers de croissance 17
Activités Par et pour les membres 17
Groupe d'entraide 17
Activités de loisirs 17
Vie associative et démocratique 17
Milieux de vie et repas communautaires 18
Appartements supervisés 18
Nos présences en graphique... 18

Nos activités et services à la communauté **19**

Activité de promotion de la santé mentale 19
Atelier DSM 19
Soutien-conseil 19
Ateliers de croissance 19
Journée citoyenne 20
Friperie Le Support 20
Bénévolat 20
Nos présences en graphiques... 20

Nos équipes : des humains de cœur! 21

Notre équipe de travail 21
Nos bénévoles 21
Nos stagiaires 21
Personnes en développement de l'employabilité 21
Notre équipe d'été 2025 22
Notre développement et notre formation continue 22

Nos collaborations et nos participations sociales 23

Nos partenaires financiers et commanditaires 23
Nos collaborateurs dans la communauté et en intervention 24

Notre campagne de financement 2025-2026 25

Quelques statistiques supplémentaires 26

Atelier de travail créatif 26
Réseau SMV 26
Appartements supervisés 27

Nos orientations 2026-2027 28

Action 1 : Faire évoluer le rôle des différents acteurs de la ressource 28
Action 2 : Diversifier nos stratégies financières 28
Action 3 : Recentrer nos services et activités 28

Annexe 1 – Synthèse de notre planification stratégique 24-27 29

Annexe 2 – Critères de l'ACA 30

Glossaire 31

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



Jacques Caillouette
Président du CA

Renouveler les représentations de la santé mentale

La Cordée, en 2025-2026, a connu une autre année productive, en reconnaissance de la cause de la santé mentale et de celle des personnes traversant ou ayant traversé des problèmes de santé mentale. Le passage de la honte à la fierté, voilà le travail de La Cordée! Et pour cela, il s'agit d'un côté d'appuyer les personnes dans leur lutte pour composer avec les troubles de santé mentale avec lesquelles elles doivent transiger. La Cordée, comme collectif, travaille à leur fournir des espaces où, avec le soutien de l'équipe de travail, elles peuvent, avec d'autres, développer leurs forces de vivre et accroître leur capacités relationnelles, d'affirmation de soi et de création de projets. C'est donc ça La Cordée. Et c'est aussi, d'un autre côté, d'agir sur la société pour démystifier les problèmes de santé mentale, défaire les préjugés et, somme toute, contribuer au développement d'une société plus solidaire, active pour prévenir les problèmes, de même qu'en soutien des personnes traversant des épisodes de souffrance en lien avec la santé mentale.

Alors il y a ça, une volonté de passer de la honte à la fierté, avec d'un côté de créer des espaces solidaires et relationnels de confection de soi et, de l'autre, vis-à-vis le public, de démystifier les problèmes de santé mentale. En ce sens, au bilan de La Cordée, il importe de souligner trois événements artistiques (de peinture, de théâtre et de poésie) majeurs produits par les membres de l'organisme, avec le soutien de l'équipe de travail, et présentés au public, avec une forte participation, au printemps 2026.

La première sortie publique de La Cordée fut le 16 avril dernier où, au Quartier général (QG) de l'entrepreneuriat Promutuel Assurance à Sherbrooke, l'organisme a tenu un vernissage, intitulé *Voir le monde Autrement*. Ce vernissage, avec la peintre Helen Collin comme marraine d'honneur, a présenté les œuvres des membres de la Cordée. Un large public a participé à l'événement où plusieurs artistes ont trouvé preneurs à leur peinture. La soirée a profité d'une animation dynamique avec une présentation, en personne et avec un montage vidéo, de chacune des personnes artistes. Cet événement, en plus d'exposer les talents des membres de La Cordée, a permis de rassembler et de mobiliser des alliés de l'organisme et de la cause de la santé mentale.

Le deuxième temps où La Cordée a promu, avec grande visibilité, la cause de la santé mentale fut par le théâtre. La troupe de La Cordée, Les fous de la scène, dont toutes les personnes comédiennes proviennent de l'organisme, a présenté, le premier mai, à Sherbrooke, au Grand espace du Centre des arts de la scène Jean-Besré, la création collective, *La fleur de l'âge*, pièce montée avec le metteur en scène Stéphane Baillargeon. Le public fut enchanté. Outre une excellente représentation théâtrale, ce fut publiquement une représentation, en toute fierté, de personnes connaissant ou ayant connu de problèmes de santé mentale. La performance des membres de La Cordée a montré ce qu'est la puissance de l'affirmation de soi et de la capacité d'apparaître avec audace dans l'espace publique.

Le troisième moment artistique de La Cordée tient de la poétisation de la vie, c'est-à-dire de comment y ajouter de la couleur, de l'intensité et un sens plus fort. C'est le jeudi 7 mai, à la Librairie Appalaches, que le Cercle des poètes de La Cordée lançait la publication d'un recueil de poésie intitulé *Folies partagées*. La poétesse sherbrookoise d'honneur de la soirée fut Mélanie Noël. Les différentes personnes autrices ayant participé à l'ouvrage ont chacune récité un poème de leur composition. Le public présent, nombreux, a applaudi chaleureusement ces performances, ces expressions créatrices des membres de la Cordée et, en

quelque sorte, de leur lutte pour embellir et intensifier la vie par la libération de soi à travers la création, l'affirmation, les mots et les images.

Poétiser la vie, la peindre en couleur et la mettre en scène avec des solidarités actives, c'est ce qu'a fait La Cordée en 2025 et 2026. La Cordée se crée à travers de pratiques bienveillantes dont le dynamisme vient nourrir l'ensemble de la communauté sherbrookoise dans sa capacité de déployer collectivement une santé mentale plus dynamique et solidaire.



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 tenue au mois de mai de chaque année. Il a pour mandat de représenter les membres au conseil d'administration, auprès de l'équipe de travail, ainsi que dans différentes représentations externes. Il s'agit d'une instance essentielle pour porter la parole des membres et s'assurer que les services répondent à leurs besoins.

Au cours de la dernière année, il y a eu beaucoup de mouvements dans la composition du CM. Nous souhaitons souligner la contribution de Hélène Huot, Michelle Charest, Véronique Tessier et Thomas Bilodeau. Merci également aux membres suivants d'avoir terminé l'année avec nous :

- Sophie Lacasse
- Marjolaine Blais
- Tania Lafond
- Gaétan Lessard
- Tommy Lacroix

De plus, une nouvelle intervenante, Maude Bégin, a commencé l'année avec le CM, prenant le relais de Jacob Hamelin pour accompagner le conseil. Cette année, le CM s'est doté d'un objectif commun : poursuivre le rapprochement avec les membres et être porte-parole de l'information.

- Pour parvenir à cet objectif, le CM a mis en place deux moyens. Le premier consiste à désigner un représentant du CM dans chacun des comités de travail. Celui-ci a la responsabilité de relayer l'information entre le comité, le CM et les membres.
- Le second moyen consiste en la mise en place d'un Comité consultatif du conseil des membres (CCCM), un nouveau comité de travail entièrement géré et animé par le CM. L'objectif est d'offrir un espace de consultation aux membres, sans présence d'intervenants, afin de recueillir leurs idées, de mieux comprendre leurs besoins et, ainsi, de permettre au CM de prendre des décisions éclairées. Ce lieu se veut un espace où les membres peuvent se sentir entendus et avoir le sentiment de pouvoir s'exprimer librement. Ce projet, en évolution depuis le mois de novembre, a tenu sa première rencontre officielle le 12 février 2026.

En plus de ces deux grands projets, le CM a mis en place :

- Un repas pizza afin de souligner le travail des intervenants et de nous rassembler.
- Des suggestions adressées à l'équipe pour améliorer l'hygiène dans le milieu de vie.
- La proposition d'un modèle auprès des autres membres en mettant en action les bonnes pratiques, en osant s'affirmer sainement aux bonnes personnes et en invitant les membres à prendre des initiatives dans leurs insatisfactions.
- La préparation des élections pour l'année 2026-2027, avec la participation de 26 membres, quel succès !

Mot de la codirection

Chères et chers membres,
Chère communauté,



Danielle Bolduc
Co-directrice

L'an dernier, nous vous parlions de consolider nos fondations. En 2025-2026, nous avons franchi une étape cruciale : celle de l'affirmation de notre identité à travers une réflexion et une réorganisation de nos activités.

Cette année a été le théâtre d'un exercice de repositionnement nécessaire. Fidèles à notre ADN, nous avons repensé notre offre de services pour qu'elle soit non seulement cohérente avec nos valeurs, mais aussi plus agile face aux besoins changeants de nos membres. Ce travail de structuration interne nous permet aujourd'hui d'offrir un accompagnement qui nous ressemble, « *ailleurs et autrement* », tout en assurant une pérennité à nos actions.

Le rayonnement de La Cordée dans la communauté de Sherbrooke a également atteint de nouveaux sommets. Avec plus de 1 300 présences enregistrées lors de nos activités citoyennes et communautaires, la ressource n'a jamais été aussi ouverte et dynamique. Que ce soit à travers nos lundis créatifs, nos activités de promotion ou nos interventions de sensibilisation, nous continuons à briser les murs de l'isolement pour bâtir des ponts avec la collectivité. La Cordée n'est plus seulement un lieu de passage; c'est un acteur social influent qui participe activement à la transformation de notre tissu social.

Cette vitalité se reflète aussi dans la force de notre vie démocratique. Voir nos membres s'impliquer massivement dans nos comités de travail nous confirme que le pouvoir d'agir est bien vivant chez nous. C'est cette synergie entre une équipe stable, des membres engagés et une communauté solidaire qui fait de La Cordée un milieu de vie exceptionnel.

Nous amorçons la prochaine année avec la certitude que notre repositionnement portera ses fruits. Plus que jamais, nous sommes prêts à porter haut et fort notre mission de promotion de la santé mentale positive.

Merci de faire partie de cette aventure humaine. Ensemble, nous continuons de cultiver l'espoir, la citoyenneté et le sens.



Jean-François Beaudoin
Co-directeur



Notre conseil d'administration 2025-2026

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 Jacques Caillouette, président du CA depuis septembre 2025, enseignant à l'Université de Sherbrooke, membre du CA depuis 2025
- Monsieur Aboubakr Mekhatria, vice-président depuis juin 2024, membre du CA depuis février 2023, enseignant en informatique
- Madame Monique Pilon, secrétaire du CA depuis septembre 2025
- Monsieur Sylvain Nicol, trésorier et membre du CA depuis juin 2024
- Madame Louise Lachance, administratrice, chargé de projet en recherche, membre de notre CA depuis octobre 2021
- Monsieur Jean-Pierre Gagné, administrateur, retraité du service social et actif dans le milieu communautaire, membre de notre CA depuis 2021
- Madame Sylvie Trudeau, administratrice depuis février 2023, spécialiste en éducation
- Madame Érika Rochefort, administratrice depuis juin 2024, étudiante en psychologie
- Madame Tania Lafond, administratrice au CA depuis mai 2023, représentante du conseil des membres



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.

La Cordée est membre du Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec (RRASMQ).



Bilan de nos orientations 2025-2026



Action 1 :
Actualiser notre offre de services

Dans la poursuite de notre plan stratégique, nous avions le mandat de recentrer notre offre d'activités autour de notre nouvel ADN.

- Travail avec les membres et l'équipe sur la cotation des services
- Clarification de notre offre de services exclusives aux membres et ouvert à la communauté
- Évaluation quantitative de nos services et activités basée sur plusieurs critères (notre ADN et l'approche Alternative, besoin des membres et de la communauté, impact financier, rareté du service)



Action 2 :
Mise en place d'un plan de communication

Suite à notre collaboration avec le PIC (Université de Sherbrooke), mise en place d'une stratégie de communication, notamment via nos réseaux sociaux.

- Mise en place d'un calendrier de publication pour nos réseaux sociaux
- Augmentation et consolidation de notre présence en ligne
- Mise à jour constante de notre site internet



Action 3 :
Faire évoluer le rôle des différents acteurs de la ressource

Cet axe a été moins travaillé en cours d'année. Bien que nous réfléchissions constamment à la façon d'impliquer davantage les membres il nous reste du pain sur la planche à ce niveau!

- Clarifier la notion de «membre» (membres actifs, usagers, corporatif, etc.)
- Réflexion autour de la possibilité d'impliquer davantage les membres dans la représentation et la formation donnée à l'externe
- Réflexion à venir sur la notion de «membership à vie» : incongruence actuellement (si une personne est inactive au-delà de 2 ans, elle doit refaire un accueil)
- Réflexion sur les avantages à devenir membre de la ressource

Nous nous engageons donc à travailler cet axe en 2025-2026, avec les membres et le conseil d'administration.

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 19 juin 2025**, au restaurant Café 440. La participation était de **22 membres actifs** et **27 invités** présents (49 présences).

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 1er avril 2025 et le 31 mars 2026, 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 l'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 leur 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 de notre fonctionnement. Au courant de l'année, c'est **273 présences** (+20% par rapport à l'année dernière) aux divers comités et rencontre Symposium.

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.

Nous sommes un organisme de l'ACA

À La Cordée, nous ne nous contentons pas d'offrir des services; nous faisons vivre un modèle de société basé sur la solidarité, l'entraide et la justice sociale. En tant qu'organisme de l'Action Communautaire Autonome (ACA), nous répondons rigoureusement aux huit critères qui définissent cette approche unique au Québec.

Les 4 critères pour être un organisme communautaire

1) Être un organisme à but non lucratif

Un organisme sans but lucratif (OSBL) est un groupement d'individus qui poursuivent un but à caractère moral ou altruiste et qui n'ont pas l'intention de faire des gains pécuniaires à partager entre les membres.

Un OSBL exerce des activités sans but lucratif dans divers domaines (social, culturel, éducatif, sportif ou autres).

La Cordée, légalement fondé le 7 mai 1982 avec ses lettres patentes.

2) Être enraciné dans sa communauté

Sans enracinement dans la communauté, un organisme peut difficilement prétendre au statut d'organisme «communautaire».

Être enraciné, c'est faire preuve d'ouverture sur la communauté, être actif au sein de celle-ci et chercher à contribuer à son développement et à l'amélioration de son tissu social.

Depuis 2 ans, l'ensemble de nos activités ouvertes sur la communauté ont augmenté de 318% (424 présences à 1349 présences).

3) Avoir une vie associative et démocratique

La vie associative correspond à ce qu'un organisme communautaire met en œuvre pour entretenir une vitalité interne. C'est le reflet de la place qu'ont les membres au sein de l'organisme.

La vie démocratique a un caractère qui découle du respect des dispositions légales.

Voir la page sur la démocratie de notre ressource. Plusieurs structures en place permettent une participation optimale des membres.

4) Être libre de déterminer ses orientations, ses pratiques et ses approches

Le critère relatif à l'autonomie sert à marquer la distance nécessaire entre l'organisme et les pouvoirs publics. On pense, par exemple, à des normes, des lois, des programmes gouvernementaux ou d'autres types d'exigences qui dicteraient ou orienteraient les pratiques ou les approches d'intervention d'un organisme communautaire ou qui constitueraient une forme d'ingérence dans la gestion de ses affaires.

Les 4 critères additionnels pour être un organisme de l'ACA

5) Être issu de l'initiative de la communauté

Ce critère ramène au moment où l'organisme a été créé, à la motivation qui a conduit à sa constitution. Pour se situer dans l'esprit de l'action communautaire autonome, un organisme doit émaner de la volonté d'une communauté ou d'un groupe de citoyens et citoyennes, de s'organiser autour d'une problématique donnée.

Fondée le 7 mai 1982 dans la MRC de Sherbrooke, La Cordée est née du mouvement de désinstitutionalisation pour offrir une alternative communautaire à l'hospitalisation et à

l'exclusion sociale. Depuis plus de 40 ans, elle accompagne des adultes vivant des difficultés émotionnelles ou de santé mentale afin de soutenir leur dignité, leur inclusion et leur pouvoir d'agir.

6) Avoir une mission sociale propre favorisant la transformation sociale

La mission de l'organisme s'inscrit dans une prise en charge démocratique par laquelle la communauté définit elle-même des réponses à ses besoins. Son action, à la fois préventive et non seulement curative, dépasse la simple prestation de services.

Nous avons actualisé notre mission il y a 2 ans afin de mieux refléter la réponse aux besoins actuels. La voici : *« 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 »*.

7) Avoir des pratiques citoyennes et une approche globale

L'approche citoyenne renvoie au désir d'agir en fonction de la volonté, des besoins et des capacités des membres. La prévention et la sensibilisation sont au cœur des pratiques et des interventions. Ces dernières font appel à une vision globale des facteurs influençant l'état d'une personne ou d'un groupe.

Plusieurs exemples de pratiques citoyennes, alternatives et globales : activités par et pour, journées citoyennes, comités de travail avec les membres, conseil des membres, activités de sensibilisation et de démystification de la santé mentale, ateliers de croissance, et encore plus!

8) Un conseil d'administration indépendant du réseau public

Si l'organisme est dirigé par un conseil d'administration constitué de personnes représentant le réseau gouvernemental, il ne peut prétendre répondre aux principes de l'action communautaire autonome.

Ceci n'est pas notre cas impliquant seulement des personnes hors du réseau gouvernementale.



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 (congés 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.

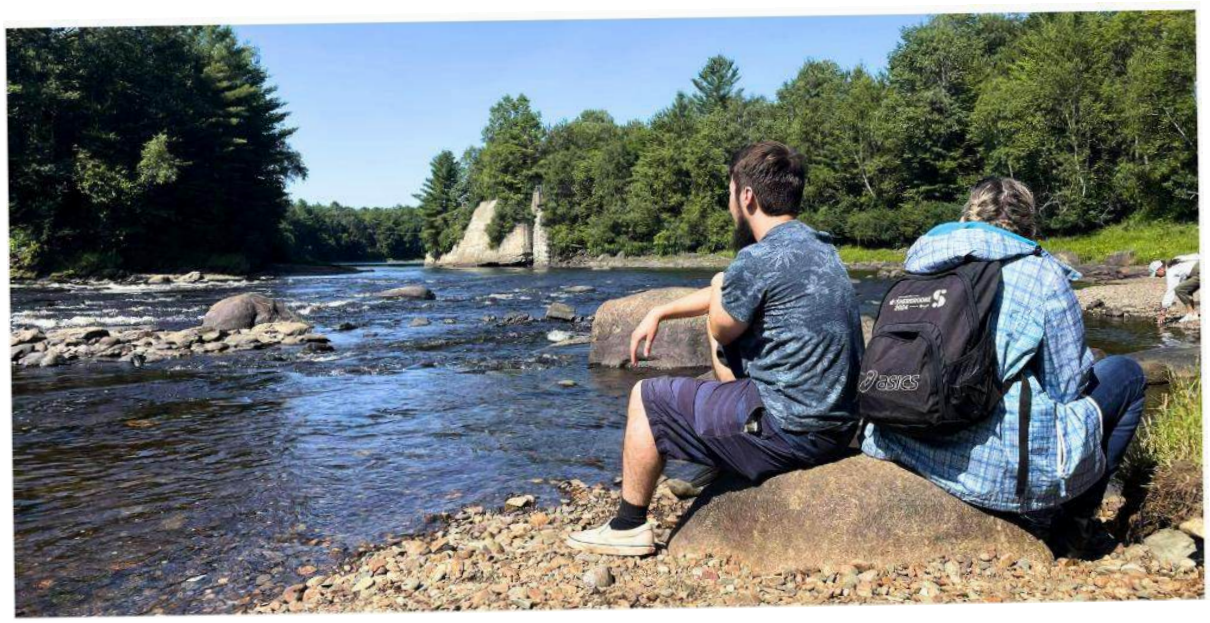
Notre membership 2025-2026

Au 31 mars 2026, nous comptabilisons **262 personnes membres** rejointes par l'ensemble de nos activités et nos services.

Note : il est important de mentionner que certaines activités ont été offertes à des personnes non-membres et que nous avons vu une augmentation de la participation à ce type d'activités encore cette année (+3,8%).

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 2026, nous avions **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** : 77 personnes



Accompagnement individuel

- **Accompagnement (343 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 (879 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 (76 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 (106 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 (28 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 (26 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 (**406 présences, +34%),** aux consultations, ainsi qu'aux moments d'échanges et de décisions de la ressource.

- **Comité finances (57 présences, 6 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 (45 présences, 5 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 (66 présences, 6 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 (73 présences, 7 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 (32 présences, 4 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 (32 présences, 7 rencontres)** : il s'agit d'un comité fermé aux membres puisqu'il traite de dossiers de personnes pour l'attribution de logements supervisés.
- **Symposium (58 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;
- **Conseil des membres (43 présences, 9 rencontres)** : le CM se rencontre plusieurs fois par année pour se mobiliser pour les besoins des autres membres.

Nouveauté! - Un comité fait son apparition : le comité consultatif du conseil des membres! Un espace pour le conseil des membres pour échanger avec les membres de la ressource.

Milieux 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** : 1752 présences (+40%)
- **Présences à l'Atelier de travail créatif** : 1780 présences (sensiblement le même)
- **Présences à nos moments de repas** : 1332 présences (+40,5%)
- **Nombre d'heures de l'équipe en présence / disponibilité** : 2058 heures

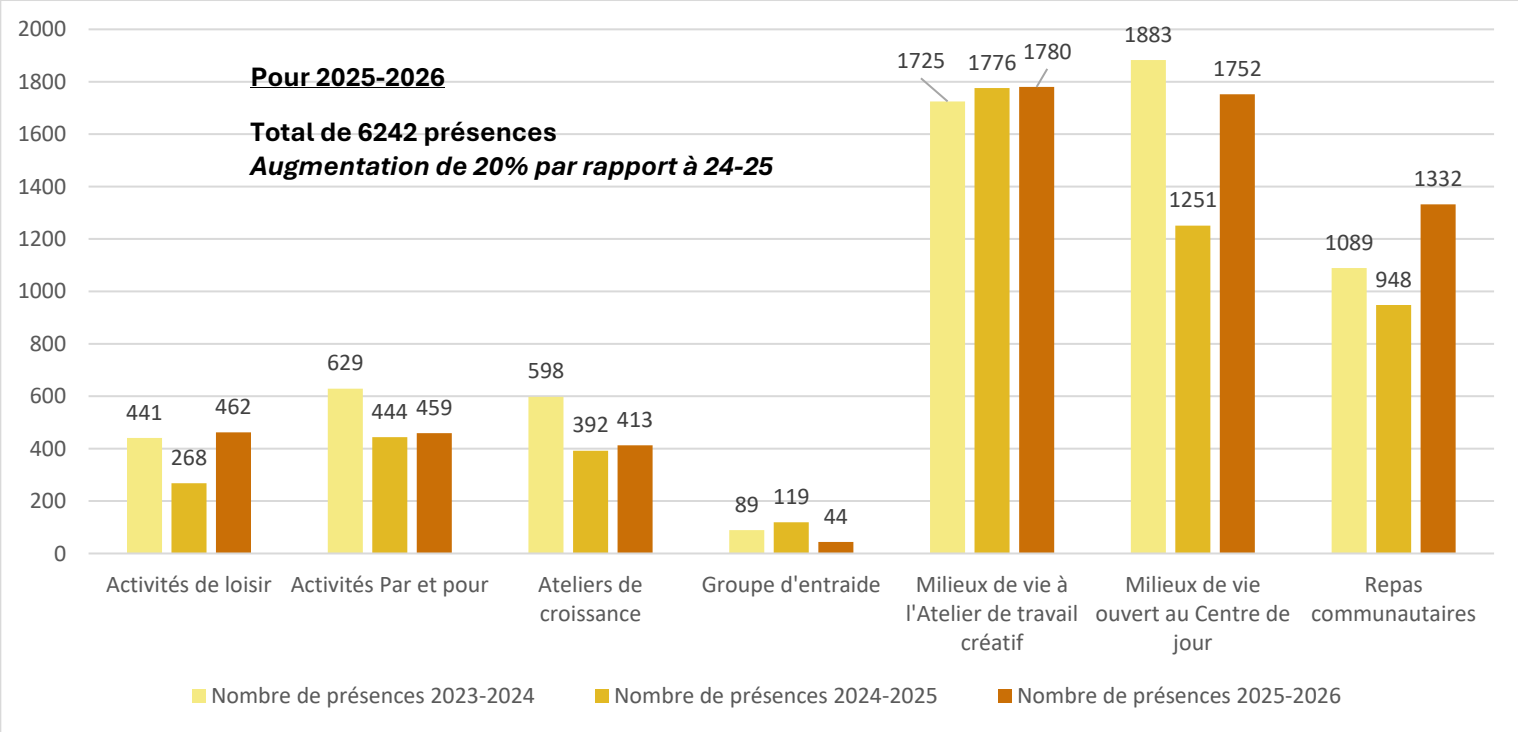
Plus de détails sur l'Atelier de travail créatif à la section « *Quelques statistiques supplémentaires* ».

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* ».

Nos présences en graphique…



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, l'atelier d'acuponcture solidaire avec Lili-Han, est ouvert à tout le monde.



> *L'acuponcture m'a permis de me sentir mieux et moins stressé.*

Journée citoyenne

Nous proposons des journées de réflexion et d'action autour d'enjeux citoyens, une fois par mois (sauf l'été). Un total de **152 présences** (9 journées) a été comptabilisé pour l'année que nous venons de passer.

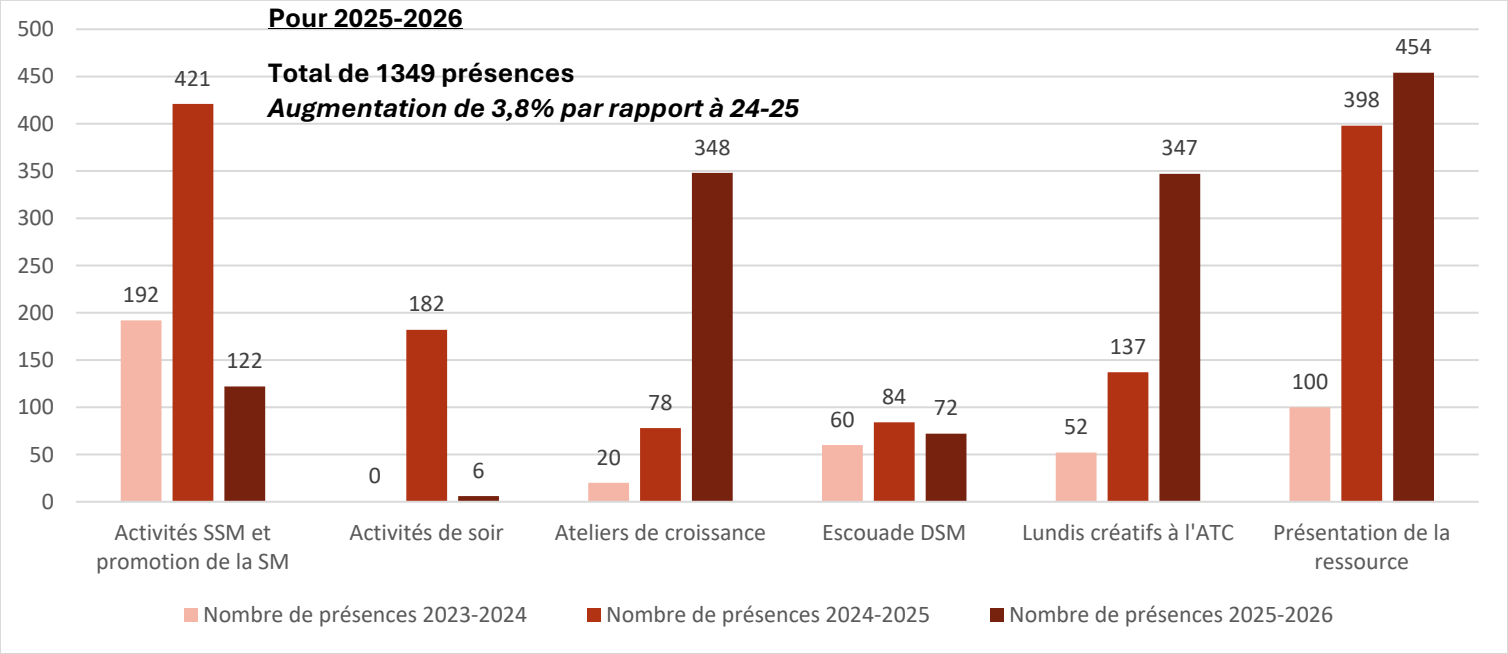
Friperie Le Support

Située sur la rue Wellington Nord, notre friperie propose à la communauté des vêtements d'occasion, des objets revalorisés et des produits fabriqués en atelier. Elle favorise également la mise en action de nos membres participants.

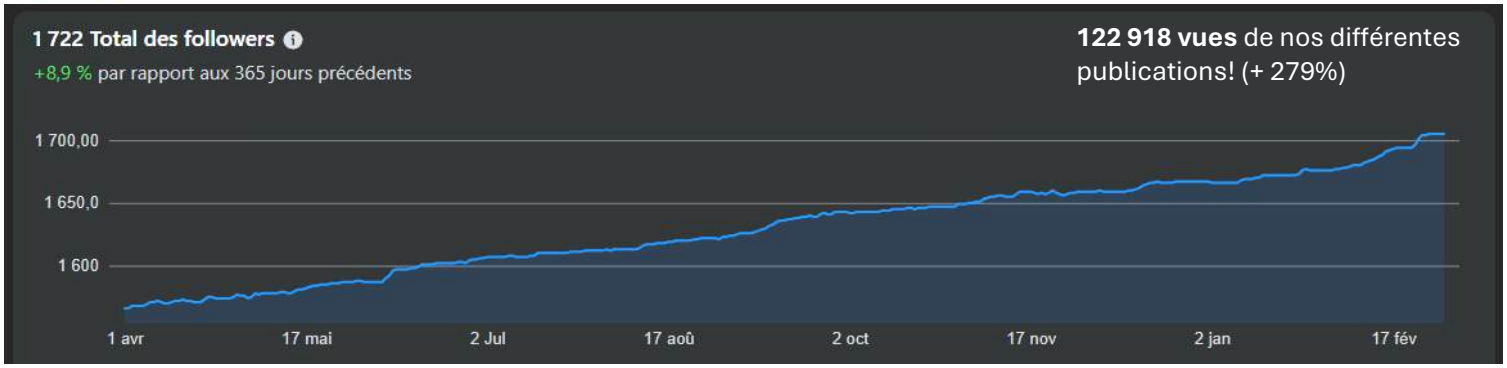
Bénévolat

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.

Nos présences en graphiques...



Abonnés sur notre page Facebook



Nos équipes : des humains de cœur!

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.

Notre équipe de travail

Départ de Solange à la retraite en juillet 2026! Merci pour tout!

- Danielle Bolduc, codirectrice
- Jean-François Beaudoin, codirecteur
- 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
- Noëmie Beaucage, pair-aidante en santé mentale
- Rosalie Martel, intervenante en santé mentale
- David Lacharité, intervenant en santé mentale
- Rosa Maria Jimenez Hernandez, intervenante 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 2025-2026, c'est **28 personnes** bénévoles et **793 heures** (-14%) 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, du Cégep de Sherbrooke et de l'Université Bishop. Nous sommes fiers du **cheminement** et de la **contribution** de ces 4 stagiaires au sein de notre ressource.



- Nicolas Hénault, tech. de travail social, 190 heures
- Évelyne Latour, bacc. en service social, 480 heures
- Meghan Gaudreau, tech. en éducation spécialisée, 260 heures
- Adriana Heartloper, bacc. en psychologie, 60 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, **5 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 et humains!



Notre équipe d'été 2025

Nous avons eu la grande chance de miser sur 2 personnes **engagées** et **complémentaires** pour notre été 2025. **Merci** pour le bel été passé avec nous et bonne continuité!

- Laurie Fortin, étudiante en psychologie à l'Université de Sherbrooke
- Éloïse Bastien, étudiante en art-thérapie

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 en écothérapie
- Apprentissages durant nos comités de travail permanents hebdomadaires
- Visites chez nos partenaires en psychiatrie (CIUSSS de l'Estrie CHUS)
- Communauté de pratique GAM (RRASMQ)
- Resté serein face à des clientèle difficile/dissoudre la résistance
- Outlook : augmenter votre efficacité
- Fondement d'une gestion de projet efficace
- Atelier sur l'aide juridique en Estrie
- Ateliers informations sur les droits et recours en santé mentale
- Webinaire sage 50 (fin d'année civile)
- Symposium (mise en commun des comités de travail)
- Rencontres de co-développement avec un clinicien en santé mentale.
- Les Petits rendez-vous de l'Alternative (RRASMQ)
- Entendeurs de voix
- AEC en comptabilité (terminée)
- Accréditation pour la solidarité transport
- Formation en écothérapie
- Formation sur les trauma complexe
- Formation brève intervention en psychose
- Formation avec le CAVAC
- Formation maltraitance des aînés
- Approche sensible au trauma

Témoignage d'une ancienne employée

Merci à La Cordée de m'avoir offert la chance de faire partie de votre équipe. Même si mon passage a été bref, il a semé en moi une multitude d'expériences précieuses.

Merci de m'avoir aidée à façonner mes rêves, doucement, patiemment, comme on sculpte une lumière intérieure.

Merci d'avoir cru en moi et de m'avoir permis de grandir à vos côtés, un peu plus forte, un peu plus libre, un peu plus moi.

Merci infiniment.

Rosa Maria

Nos collaborations 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.

Nos partenaires financiers et commanditaires

Partenaires financiers 2025-2026

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

Commanditaires pour la fête de Noël 2025

- Librairie Appalaches
- T.A.F.I. et compagnie
- La Chaudronné de l'Estrie
- Boutique Namasthé
- Restaurent le Sultan
- Boutique Oz
- Salon de coiffure Fernando
- Musée des beaux-arts de Sherbrooke
- Musée des sciences et de la nature de Sherbrooke
- Restaurant Baladi
- Boutique n'importe quoi
- La friperie le Support
- Boutique Joséphine
- Restaurant Le Sultan



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)
- Les productions Muses et Chimères
- Ville de Sherbrooke (membre affilié)
- Concertation santé mentale Sherbrooke (CSMS)
- Mental health Estrie
- Cellule de mobilisation pour « le communautaire à boutte ».
- Coordination du Comité d'arrimage clinique santé mentale et vieillissement (CACSMV)
- Coop des Haubans
- Journal de rue
- Arrimage Estrie
- Radio communautaire CFLX
- Mon Shack ! Mon choix ! Mon avenir !
- Bibliothèque Éva-Sénécal
- Regroupement des organismes communautaire (ROC) de l'Estrie
- Corporation du développement communautaire (CDC) de Sherbrooke
- Regroupement de ressources alternatives du Québec (RRASMQ).
- Regroupement des ressources communautaires en santé mentale de l'Estrie (RRCSME).
- Centre d'action bénévole (CAB) de Sherbrooke
- Association québécoise pour la réadaptation psychosociale (AQRP)
- Umano
- Distribution Solidaire
- Table d'action contre l'appauvrissement de l'Estrie (TACAE)
- Table Concertation Aînés de Sherbrooke
- Orientation-travail
- JEVI
- Accorderie/Café baobab
- Écocert Canada
- Nouvelles Racines
- C.H.A.S.





Notre campagne de financement 2025-2026

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 **12 000$**. Grâce à l'appui généreux de nos partenaires, donateurs et citoyens.nes engagés.es, nous avons dépassé cet objectif en recueillant un montant de **15 905$**.

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 renforcir 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.




AIDEZ NOUS À FAIRE LA DIFFÉRENCE !

À La Cordée, nous croyons que la santé mentale est une **responsabilité collective**, et que c'est **ensemble que nous grandissons**.

Notre mission est de 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, en créant des espaces **sécuritaires**, **inclusifs** et **bienveillants**.

Dans le cadre de notre **campagne de financement 2025-2026**, nous souhaitons réaliser plusieurs **projets porteurs de sens**, dont :

- La cocréation d'une nouvelle pièce de théâtre, pour présentation en mai 2026;
- La relance de notre chorale;
- La diffusion et animation des ateliers de l'Escouade DSM (démystification de la santé mentale) auprès des entreprises et partenaires;
- Le soutien aux projets créatifs de nos membres au courant de l'année comme le recueil de poésie et la bibliothèque vivante;
- La consolidation de nouveaux partenariats pour promouvoir la santé mentale et renforcir le tissu social à Sherbrooke.

Votre contribution est importante pour la réalisation de nos projets de rayonnement. Elle appui nos efforts et nous encourage à poursuivre notre mission avec coeur. Chaque dollars compte!

Merci pour votre contribution et au plaisir de vous voir bientôt,

NOTRE OBJECTIF 2025-2026
12 000$
POUR NOUS SOUTENIR
1
2
3
4
CE N'EST PAS TOUT!





Prestation de la chorale et de livres vivants dans le cadre de la semaine de la santé mentale 2025

Quelques statistiques supplémentaires

Atelier de travail créatif

Participation à l'atelier

76% (taux d'occupation)
69% (taux d'assiduité)

Au courant de l'année, pour l'ensemble de nos activités à l'atelier de travail, plus de 76% de nos places ont été occupées, soit une diminution de 3 % par rapport à l'année dernière. Le taux d'assiduité est le même depuis maintenant 4 ans, soit autour de 70%.

40 présences

C'est le nombre de présences par semaine, en moyenne, sur nos 7 différentes plages horaires, soit une moyenne stable depuis 3 ans.

89 personnes

Nombre de personnes différentes ayant participé à l'Atelier de travail créatif entre le 1er avril 2025 et 31 mars 2026.

1780 présences

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

16 nouvelles personnes

9 références du CIUSSS de l'Estrie CHUS, 6 personnes étant déjà membre de l'organisme et 1 personne référée par un partenaire.

Semaines thématiques

1351présences (-10%)

C'est dans nos semaines thématiques que nous abordons divers thèmes variés autant sur le **développement personnel** que **professionnel**, en passant par l'actualité et des moments créatifs. Ultimement, ces capsules permettent d'**échanger**, de s'**entraider**, de s'**informer** et de **développer** de nouveaux outils pour la construction de l'identité personnelle ou professionnelle.

Réseau SMV

Le CACSMV

Cette année, le Comité d'arrimage clinique santé mentale et vieillissement (CACSMV) a redéfini sa mission et sa vision.

Mission

Accueillir et échanger entre partenaires cliniques œuvrant dans des milieux liés à la santé mentale et/ou le vieillissement dans un espace sécuritaire. Ces échanges permettent de renforcer les liens partenariaux et d'élargir les connaissances et outils cliniques de ses membres.

Vision

Des partenaires cliniques soutenus et conscients des diverses réalités, qui s'entraident et collaborent afin de bâtir un filet social pour les personnes aînées vulnérables.

Nous avons également révisé le format de nos rencontres, afin de laisser davantage de place aux échanges cliniques de type «co-développement».

7 rencontres régulière

76 présences

Le CACSMV, qui existe depuis maintenant 7 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. Le comité est composé de 15 personnes et 10 organisations (moyenne de 11 personnes par rencontre).

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

88% (taux d'occupation)

Entre le 1er avril 2025 et 31 mars 2026, nous avons observé un taux d'occupation de 88% en moyenne.

7 personnes

Au total, 7 personnes (4 femmes et 3 hommes) ont profité d'accompagnement offert. Deux (2) de ces locataires ont quitté en cours d'année (vers un appartement) 2 personnes ont intégré un de nos appartement durant cette période. Nous avons dû prolonger 3 personnes dans nos appartements par difficulté de relocalisation.

10 groupes

En plus des suivis individuels offerts et dans le but de développer des habiletés et des ressources, nous avons tenu 10 groupes de soutien, sur une possibilité de 12, autour de diverses thématiques avec les locataires. Nous avons pris congé de groupe pour les mois de juillet et aout.

Les demandes traitées

2 acceptations

Sur 2 acceptations, 2 personnes se sont faites attribuées un logement.

0 désistements

Durant le processus de demande, nous avons observé le désistement de 0 personnes.

3 refus

Un total de 3 personnes a été refusées à la suite de l'analyse clinique du comité hébergement.

Nos orientations 2026-2027

Action 1 :
Faire évoluer le rôle des différents acteurs de la ressource

Nous croyons que chaque personne possède les clés de son propre changement. Cette action vise à clarifier et à faire évoluer les opportunités des membres au sein de notre ressource : ils ne sont plus simplement des usagers, mais des partenaires actifs. En favorisant leur implication directe et en soutenant leur prise de pouvoir, nous créons un environnement où l'autonomie n'est pas qu'un objectif, mais une réalité vécue au quotidien.



Action 2 :
Diversifier nos stratégies financières

La pérennité de notre mission repose sur une assise financière solide et indépendante. En diversifiant nos sources de revenus — via de nouveaux partenariats, des campagnes innovantes et des modèles d'autofinancement — nous réduisons notre vulnérabilité aux aléas économiques et face au manque de reconnaissance de notre gouvernement (faible indexation et faible rehaussement annuels). Cette stratégie nous donne les moyens de nos ambitions et garantit la continuité de nos actions sur le long terme.



Action 3 :
Recentrer nos services et activités

Pour maximiser notre impact social, nous avons choisi de nous concentrer sur l'essentiel. Recentrer nos activités nous permet de consacrer notre énergie et nos ressources là où les besoins sont les plus criants et où notre travail fait réellement une différence. En affinant notre offre de services, nous gagnons en clarté, en qualité et en pertinence pour ceux que nous rejoignons.



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.	**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.

NOS ORIENTATIONS

Orientation 1 : 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
Orientation 2 : 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
Orientation 3 : 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
Orientation 4 : Ouvrir la ressource à la communauté	4.1. Nouer des partenariats gagnant-gagnant 4.2. Ouvrir la ressource sur l'extérieur
Orientation 5 : 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

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

Annexe 2 – Critères de l'ACA



***Source** : Regroupement des organismes communautaires de la région 03*
***Lien** : https://roc03.com/action-communautaire-autonome/fondamentaux-de-laca/*

Glossaire

ACA	Action communautaire autonome
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 aînées
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
TDAH	Trouble du déficit de l'attention avec/sans hyperactivité
CNESST	Commission des normes en santé et sécurité au travail