

RAPPORT ANNUEL

2021-2022

1^{er} avril 2021 au 31 mars 2022



92, boul. St-Raymond, bureau 304
Gatineau QC J8Y 1S7
capsante-outaouais.org

T | 819 771-2277
T | 1 800 363-0718
info@capsante-outaouais.org



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

Table des matières

MOT DU PRÉSIDENT.....	1
MOT DE LA DIRECTRICE GENERALE.....	3
INTRODUCTION.....	5
CONSEIL D'ADMINISTRATION.....	5
LES EMPLOYES.....	5
MISSION.....	6
VISION.....	6
VALEURS.....	6
OBJECTIFS STRATEGIQUES.....	6
PLANIFICATION STRATEGIQUE.....	6
MAXIMISER LES OPPORTUNITES AVEC LE MOUVEMENT SANTE MENTALE QUEBEC.....	8
CAMPAGNE DE PROMOTION DE LA SANTE MENTALE 2021.....	8
FAITS SAILLANTS :.....	8
PREMIERE JOURNEE NATIONALE DE PROMOTION DE LA SANTE MENTALE POSITIVE – 13 MARS 2022.....	12
FAITS SAILLANTS:.....	12
CAMPAGNE DE PROMOTION DE LA SANTE MENTALE 2022.....	15
FAITS SAILLANTS :.....	15
CAP SANTE OUTAOUAIS AU CŒUR DE L'ACTION.....	16
LIAISON AVEC 154 ORGANISMES COMMUNAUTAIRES DU TERRITOIRE ET 40 RESIDENCES D'AINE.E.S.....	16
COMMUNICATIONS.....	17
COMITE ORGANISATEUR.....	18
LA GRATITUDE DU COMITE ORGANISATEUR.....	18
CAP SANTE OUTAOUAIS, ACTIF AU NIVEAU PROVINCIAL.....	19
FAITS SAILLANTS :.....	19
PERSPECTIVE D'AVENIR.....	19
ÉLABORER UNE STRATEGIE DE COMMUNICATION.....	20
PLAN DE COMMUNICATION.....	20
FAITS SAILLANTS :.....	20
MODERNISATION DE L'IMAGE DE MARQUE ET NOUVEAUX PRODUITS.....	21
UN TOUT NOUVEAU SITE WEB.....	22
FAITS SAILLANTS :.....	22
AUTRES DONNEES INTERESSANTES.....	22
VISIBILITE.....	24
LA PAGE FACEBOOK DE CAP SANTE OUTAOUAIS.....	25
PERSPECTIVE D'AVENIR.....	26
CREER UN RESEAU D'AGENT.E.S MULTIPLICATEUR.RICE.S.....	27
PARTENARIAT ET COLLABORATION AVEC LE MILIEU.....	27
PERSPECTIVE D'AVENIR.....	29
ÉLABORER UN PLAN POUR ASSURER DES SOURCES DE FINANCEMENT CONTINUES.....	30
CONTRIBUTIONS FINANCIERES CIBLEES.....	30
CAMPAGNE DE FINANCEMENT.....	30
PERSPECTIVE D'AVENIR.....	30



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

DEVELOPPER UNE VIE ASSOCIATIVE DYNAMIQUE	31
FAITS SAILLANTS :	31
PERSPECTIVE D'AVENIR.....	31
REVOIR NOTRE OFFRE DE SERVICES POUR L'ENTRAIDE ET POUR LE PROJET PACIFIQUE.....	32
ENTRAIDE	32
FAITS SAILLANTS :	32
LE RÉPERTOIRE DES GROUPES D'ENTRAIDE ET DE SOUTIEN ET L'AIDE AU DEMARRAGE.....	33
REVISION DE L'OFFRE DE SERVICES DE L'ENTRAIDE.....	34
PERSPECTIVE D'AVENIR.....	34
PROJET PACIFIQUE	34
FAITS SAILLANTS :	34
ACTUALISATION DU PROJET PACIFIQUE.....	35
PERSPECTIVE D'AVENIR.....	36
ANNEXE 1 - PROJET DE MOBILISATION CITOYENNE –QUARTIER PACIFIQUE ET SECURITAIRE	38
FAITS SAILLANTS :	38
PERSPECTIVE D'AVENIR.....	40
ANNEXE 2 - PROGRAMME DE FORMATION ET ATELIERS.....	41
FAITS SAILLANTS :	41
PERSPECTIVE D'AVENIR.....	41
ANNEXE 3 – SERVICES POUR L'ENTRAIDE.....	42
ANNEXE 4 – CONTEXTE ET HISTORIQUE DU PROJET PACIFIQUE.....	43
ANNEXE 5 – CRITERES DE L'ACTION COMMUNAUTAIRE AUTONOME.....	44



P

Mot du président

Cher.ère.s membres de CAP Santé Outaouais,

Il me fait grand plaisir de vous saluer et de vous accueillir à ce « bal de fin d'année ». Nous sommes arrivés à cette étape charnière du cycle annuel où ensemble nous apprécions nos accomplissements, reconnaissons les personnes engagées dans notre mission, considérons l'état général de notre centre d'activités promotionnelles et élisons des membres qui formeront notre prochain conseil d'administration.

Comme vous allez le découvrir dans le rapport annuel que vous avez sous les yeux, CAP Santé Outaouais peut compter sur l'excellent travail des employé.e.s, bénévoles, partenaires, participant.e.s et conseil d'administration. Tous ces gens, qui forment la grande équipe de « CAP Santé », ont une intention commune et s'engagent, chacun.e à leur façon, envers la réalisation de notre mission. C'est avec l'énergie du cœur de toutes ces personnes, par de simples gestes et des petits pas, que s'accomplit notre précieux mandat, soit de promouvoir une bonne santé mentale auprès des citoyen.ne.s et des collectivités de l'Outaouais.

Il y a quatre (4) ans, alors que s'est amorcée la conversation à laquelle je vous ai conviée en tant que nouveau président, j'ai exprimé qu'un vent de changement soufflait sur notre organisation, invitant au questionnement et ouvrant à de nouvelles opportunités. J'ai alors nommé quatre (4) éléments clés issus de la planification stratégique et essentiels à l'évolution de CAP Santé Outaouais :

- une relation dynamique avec ses membres
- un positionnement stratégique des communications
- une offre de service efficiente
- une agilité financière

Comme nous arrivons à la fin du cycle (2017-2022) de planification stratégique, c'est à vous, cher.ère.s membres, que revient aujourd'hui la responsabilité d'évaluer l'état des choses afin de préparer la suite.



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

Pour ma part, c'est toujours avec ces éléments en toile de fond, ainsi qu'un désir sincère de contribuer au bien-être de l'organisation et des personnes, que j'ai « choisi » de m'engager il y a cinq (5) années. Et maintenant, c'est avec gratitude et le sentiment du devoir accompli que je choisis de me retirer du CA et de passer le flambeau à un.e autre membre.

Ainsi, je vous lance à mon tour une invitation à devenir administrateur.rice. C'est vrai que ce rôle, nécessaire au fonctionnement de CAP Santé Outaouais, peut sembler compliqué vu de l'extérieur. Mais je vous en témoigne, c'est un choix stimulant et grandissant pour tout.e membre qui souhaite connaître ou s'engager dans le monde des organismes à but non lucratif (OBNL) et du communautaire, tout en mettant à profit ses forces, et ce, peu importe son histoire. Choisissez un rôle qui vous convient et contribuez selon vos limites et vos objectifs. Osez choisir, car c'est là que se révèlent les expériences les plus enrichissantes et des amitiés insoupçonnées.

De tout cœur, je remercie les personnes suivantes qui œuvrent auprès de CAP Santé Outaouais afin de bâtir un monde qui choisit consciemment de prendre soin de sa santé mentale :

Isabelle Côté, Directrice générale
Yanick Maurice, Agent de programmes
Claudia Forget, Agente de programmes
André Fournier, Technicien en comptabilité

Lucie Morin, Vice-Présidente
Denise Desjardins Labelle, Trésorière
Maxime Emond-Larocque, Secrétaire
Yves Larocque, Administrateur
Henriette Rondeau, Administratrice
Santina Agresta, Administratrice

Merci à tous et toutes pour votre appui et votre confiance.

François Allard, Membre engagé depuis 2017 et Président sortant



D

Mot de la directrice générale

Il me fait plaisir de vous présenter le rapport annuel 2021-2022. Ce rapport vise à vous faire part des résultats et des activités qui nous ont occupés tout au long de l'année. Le rapport met l'accent sur les progrès au regard de nos objectifs stratégiques. Les annexes présentent les réalisations de nos principaux programmes.

Nous sommes fier.ère.s des activités réalisées cette année. Vous avez sans doute remarqué que CAP Santé Outaouais s'est doté d'un nouveau logo et de nouvelles couleurs, ainsi que d'un tout nouveau site web. Notre rapport annuel arbore donc fièrement la nouvelle image de CAP Santé Outaouais.

L'année 2021-2022 aura été une année de transformation et d'ajustement dans un contexte pandémique qui nous a tous essoufflé. Après avoir dû suspendre bien des activités et modifier nos manières de travailler l'an dernier, nous avons débuté cette année résolus à faire les choses différemment afin de reprendre certaines activités.

Nous avons d'ailleurs compris qu'il fallait d'abord moderniser nos équipements informatiques. Nous avons donc commencé l'année avec de nouveaux équipements informatiques, nous permettant d'être plus performants et mieux équipés pour faire affaire « virtuellement » avec les organisations, les milieux et la population.

D'une part, nous avons réouvert en juin 2021 la salle d'entraide avec des conditions de respect des normes sanitaires en vigueur. D'autre part, nous avons continué d'apprendre afin d'adapter certaines activités et maintenir notre lien d'une manière virtuelle. Plusieurs formations ont été adaptées et offertes en format virtuel. Par exemple, le lancement de la Campagne de promotion de la santé mentale en Outaouais 2021 a été fait en directe via la plateforme Facebook Live mettant en vitrine plusieurs personnes à divers endroits. De plus, l'AGA a été fait sur zoom, ainsi que toutes les rencontres du Conseil d'administration.

Toutefois, certains programmes qui demandent notre participation sur le terrain ont dû encore être suspendus quelques temps. Nous avons toutefois réussi à réactualiser le Projet de quartier pacifique et sécuritaire pour le secteur Fournier en début d'année. Les activités dans le cadre du Projet d'écoles certifiées pacifiques ont repris à la fin de l'année, soit en février 2022.



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

Il va sans dire que tous les bouleversements depuis 2019, tant du point de vue des ressources humaines que de l'évolution dans les méthodes de travail, nous ont forcé à redéfinir les besoins en personnel. Nous avons révisé la politique de ressources humaines et amélioré les conditions de travail. Nous avons embauché Claudia Forget comme nouvelle agente de programmes. Avec ses nombreuses compétences et expériences, elle est un atout pour l'organisme. Bienvenue dans l'équipe Claudia! Nous avons aussi pu compter sur les contributions de Frédérique Hong-Albert qui a fait son stage en psychoéducation de l'Université du Québec en Outaouais pendant deux (2) sessions avec nous. Elle a entre autres animé des ateliers et appuyé les agents de programmes. Nous souhaitons la remercier pour le travail accompli.

Notre organisme termine l'année en bonne santé financière et continue ses efforts pour rationaliser ses dépenses en biens et services. Avec l'Apogée et l'ENVOL SRT, nous maintenons notre principe du paiement au prorata des espaces ou de l'utilisation des biens (tels que photocopieur, télécopieur, service d'entretien ménager, recyclage et système d'alarme) et nous partageons les coûts de location des aires communes pour encore trois (3) ans. Nous avons commencé l'année en réduisant notre utilisation en espace de trois (3) à deux (2) bureaux. Quelle réorganisation qui d'ailleurs n'est pas encore terminée !

Nous avons réussi à assurer une disponibilité à la communauté de 35 heures par semaine en moyenne pendant 50 semaines. Dans nos programmes, nous favorisons l'accessibilité à nos activités et services en les rendant disponibles soit en journée, en soirée et/ou la fin de semaine. Cette grande disponibilité est appréciée par tous!

C'est un privilège pour moi de m'investir à CAP Santé en tant que directrice et particulièrement avec des collègues comme Yanick et Claudia. Je tiens peut-être le gouvernail pour garder l'organisme aligné sur sa mission et ses valeurs, mais je suis bien entourée pour le faire. C'est un travail quotidien dans le plaisir avec des gens de cœur et de convictions.

Pour terminer, je tiens à remercier les membres du CA qui sont aux premières loges dans l'appui à la mission de l'organisme. Leur contribution a été remarquable cette année comme vous le constaterez à la lecture du rapport. La vitalité du CA contribue à la bonne santé et à l'équilibre de l'organisme.

Bonne lecture
Isabelle Côté



I

Introduction

Conseil d'administration



François Allard
Président



Lucie Morin
Vice-présidente



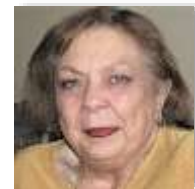
Denise
Desjardins-Labelle
Trésorière



Maxime
Emond-Larocque
Secrétaire



Yves Larocque
Administrateur



Henriette Rondeau
Administratrice

Nous souhaitons remercier Ève Jutras (avril à juin) et Melissa Della Sculion (avril à octobre) pour leur participation au conseil d'administration, ainsi que Santina Agresta qui s'est jointe en mars.

Note : Tous les membres du Conseil d'administration sont issus de la communauté.

Les employés



Isabelle Côté
Directrice générale



Yanick Maurice
Agent de
programmes



Claudia Forget
Agente de
programmes



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

M

Mission

Promouvoir la santé mentale et le mieux-être des personnes et des collectivités de l'Outaouais.

V

Vision

Des personnes et des collectivités engagées activement dans la recherche de leur mieux-être

V

Valeurs

- La croyance dans le potentiel humain
- L'empathie
- L'engagement volontaire
- Des actions durables et pertinentes
- Synergie

O

Objectifs stratégiques

1. Maximiser les opportunités avec le Mouvement Santé mentale Québec
2. Élaborer une stratégie de communication
3. Créer un réseau d'agent.e.s multiplicateur.rice.s/d'ambassadeur.rice.s
4. Élaborer un plan pour assurer des sources de financement continues
5. Développer une vie associative dynamique
6. Revoir notre offre de services pour l'entraide et pour le Projet Pacifique

P

Planification stratégique

CAP Santé Outaouais a poursuivi les objectifs identifiés dans la planification stratégique jusqu'à la fin de mars 2022.



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

RAPPORT DES ACTIVITÉS



1

Maximiser les opportunités avec le Mouvement Santé mentale Québec

Notre partenariat avec le MSMQ nous permet d'élargir notre portée en participant aux efforts, aux activités et aux campagnes provinciales. Il nous permet de profiter de la campagne annuelle de promotion de la santé mentale développée au niveau provincial et d'utiliser les outils et autres ressources développées par le MSMQ.



Campagne de promotion de la santé mentale 2021

FAITS SAILLANTS :

- Coordination d'un comité régional composé de six (6) partenaires, tenue d'une réunion de bilan en juin;
- Partage de publications Facebook et YouTube pour outiller la population à maintenir sa santé mentale en contexte de pandémie;
- Intérêt de 25 organismes à collaborer à l'atelier RESENTIR;
- Lancement virtuel : 15 avril;
- Contribution financière du ROCSMO de 1 500 \$;
- Recrutement de sept (7) animatrices pour dispenser les ateliers;
- Total de 14 animations :
 - Cinq (5) ateliers offerts par notre organisme;
 - Neuf (9) ateliers animés en collaboration avec d'autres organismes;
- Cinq (5) ateliers auto-gérés par des organismes et dix (10) annulations dû principalement à la pandémie;
- Trois (3) courriels publicitaires aux organismes de la région;
- 15 publications Facebook dont quatre (4) vidéos, environ 16 000 personnes atteintes et plus de 1 300 interactions;
- Achats de publicités Facebook et d'un quart de page dans les journaux IN Médias *L'Info de la Basse-Lièvre* (Buckingham, Masson-Angers et Ange-Gardien), *L'Info Petite Nation* (MRC Papineau), *L'Info de la Vallée* (MRC Vallée-de-la-Gatineau).



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

Depuis la naissance de l'organisme en 1991, CAP Santé Outaouais réalise des activités de sensibilisation en promotion de la santé mentale auprès de la population de l'Outaouais dans le cadre de la Semaine nationale de la santé mentale en mai. Notre organisme a coordonné, encore cette année, une Campagne de promotion de la santé mentale. Il s'est associé avec des partenaires de la région pour mener à bien le déploiement de la *Campagne* partout en Outaouais.



Cette *Campagne* est une occasion de sensibiliser les gens à l'importance de conserver son équilibre émotionnel, de prendre soin de sa santé mentale et de l'améliorer. Encore une fois, la priorité établie par le comité de partenaires était d'offrir des activités gratuites ouvertes à toute la population de l'Outaouais.



Les affiches, les dépliants et autres outils imprimés avaient été distribués à 154 organismes communautaires de la région en mars 2020, juste avant l'arrêt des activités dû à la pandémie. Un atelier avait aussi été développé sur le thème « Ressentir », disponible dans les deux (2) langues officielles. Toute la programmation avait été annulée en raison de la pandémie. Le MSMQ a décidé de reconduire le thème de la Campagne « Ressentir » en 2021. Comme le contexte était incertain à cause de la pandémie, le comité des partenaires de la Campagne a décidé d'adapter virtuellement l'atelier en vue de l'offrir pour l'édition de la Campagne de promotion de la santé mentale en mai 2021.

Nous sommes heureux de la réponse favorable des organismes à offrir l'atelier dans leur communauté. Merci aux 25 organismes engagés dans la démarche. Au total, il y a eu 19 animations. Le nombre de personnes rejointes est moindre que l'an passé (98 personnes au lieu de 165).



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

Dix (10) organismes n'ont pas été en mesure de dispenser l'atelier à cause du manque de ressources humaines ou bien par manque de temps. Les raisons évoquées sont principalement reliées à la pandémie. Il y a eu au moins un atelier par territoire à l'exception du Pontiac où tous les organismes intéressés ont annulé.

Pour mai 2021, la capacité d'animation des membres du comité de partenaires était faible. Afin de s'ajuster, nous avons recruté et accompagné cinq (5) animatrices externes (Denise, Lucie, Bianca, Florence, Mélanie). Par conséquent, nous avons pu offrir un service d'animation à tous les organismes qui l'ont demandé. Cela s'est avéré une manière efficace d'augmenter les moments de disponibilités. L'accompagnement des animatrices externes a été effectué avec brio par Yanick. Plusieurs animatrices sont prêtes à collaborer encore l'an prochain.

Les membres du comité des partenaires sont impressionnés du travail accompli et de la créativité du groupe. Ils ont réussi à adapter leurs façons de faire à tous les niveaux... planification, conception, organisation, animation, etc. Ils sont fiers d'avoir persévéré tous ensemble en ce temps de pandémie, tout en respectant mutuellement leurs capacités selon leurs diverses situations organisationnelles. Ils ont fait preuve d'une belle capacité d'adaptation collective!

Voici des extraits recueillis dans les fiches d'appréciation de l'atelier RESENTIR :

- *Nous étions un petit groupe, chacune avait l'occasion de parler comme elle voulait. Questions pertinentes, amènent à réfléchir sur nos émotions selon différentes situations vécues*
- *Avec la situation de la pandémie, participants n'ont pas le choix d'utiliser le virtuel, permet de "rencontrer" des gens de toutes régions, permet de créer une proximité avec les participants même si à distance.*
- *Merci pour cet espace de réflexion pour nos émotions!*
- *Beaucoup d'exercices qui nous connectent aux émotions.*
- *J'ai ressorti avec des trucs pour m'aider avec certaines de mes émotions et préoccupations actuelles.*
- *On se sent libre de dire vraiment ce qu'on pense.*
- *L'animatrice nous mets en confiance pour que l'on s'exprime librement.*
- *Les partages et pouvoir s'exprimer et aussi évidemment apprendre pleins de choses que je vais utiliser dans l'avenir.*
- *J'ai vraiment aimé l'atelier sur Zoom. J'aimerais d'autres atelier sur Zoom et en particulier la gestion du stress. Beau travail et un gros merci à l'animatrice qui est très humaine, douce et gentille.*
- *Très bonne atmosphère, nous nous ressemblons pas mal toutes et le sentiment d'être écoutées me faisait du bien.*
- *Le plus utile c'est que je reconnaisse que parfois j'aie besoin de demander de l'aide.*



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

- *Elle connaît très bien sa matière, calme, respectueuse. Donne le temps de penser.*
- *Il y a eu de bons échanges, connaître les idées ou opinions des autres peut être utile.*
- *Un SUPER bon rappel sur les émotions constantes dans notre vie, de les écouter, de les nommer, et les accueillir! Bonne animatrice.*
- *J'ai beaucoup apprécié tout le concept de partage et de discussion tout au long de l'atelier.*
- *L'animatrice de l'atelier était à l'écoute du groupe et de chacun.e.*
- *L'animatrice a su créer un climat bienveillant.*
- *Beaucoup d'exemples concrets.*
- *Belle interaction faisant oublier le virtuel.*

Le ROCSMO a accepté de contribuer financièrement à l'édition 2021 au montant de 1 500 \$. Le CISSSO, en plus de collaborer comme membre du comité de la *Campagne*, a aussi partagé deux (2) publications sur la page Facebook du CISSSO, publié l'article complet de la *Campagne* sur leur site web et envoyé deux (2) communications internes.

Toutes les municipalités de l'Outaouais ont été invitées à proclamer la Campagne de promotion de la santé mentale de l'Outaouais 2021. Il est intéressant de noter que la proclamation a été adoptée à la Réunion des 17 maires et de la préfète de la MRC Vallée-de-la-Gatineau et à la Réunion de la Conférence des préfets de l'Outaouais (les préfets des MRC et le maire de Gatineau).

Le lancement de la Campagne de promotion de la santé mentale 2021 s'est fait le 15 avril de façon virtuelle. Chantal Lamarche, préfète de la MRC Vallée-de-la-Gatineau et présidente de la Conférence des préfets de l'Outaouais a procédé au lancement officiel. Elle a d'ailleurs partagé les messages de la *Campagne* sur sa page Facebook personnelle et celle de la MRC Vallée-de-la-Gatineau. La directrice générale et une membre du comité organisateur ont dit quelques mots, puis une vidéo promo de la série de vidéos de Fil, ainsi qu'une vidéo de Mathieu Bertrand, ont aussi été présentées.



D'avril à mai 2021, nous avons mis des efforts à informer la population sur le thème *RESSSENTIR c'est recevoir un message* et invité les gens à participer aux ateliers gratuits. Nous avons envoyé des courriels, posté des publications Facebook variées (outils, visioconférences...) et publié sur YouTube des vidéos de Fil et de notre porte-parole Mathieu Bertrand. Nous avons aussi fait quelques publicités ciblées dans les journaux de IN Media et la Revue. Nos publications Facebook ont atteint près de 16 000 personnes et généré plus de 1 300 interactions.



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

Première Journée nationale de promotion de la santé mentale positive – 13 mars 2022

FAITS SAILLANTS:

- Rencontre avec M. Marc Carrière, préfet de la MRC Collines-de-l'Outaouais;
- Rencontre avec Mme Chantal Lamarche, préfète à la MRC Vallée-de-la-Gatineau et présidente de la conférence des préfets de l'Outaouais;
- Invitation à présenter les objectifs et les actions prévues dans l'Outaouais pour la *Journée* et pour la *Campagne 2022* à cinq (5) tables de la région.
- Envoi d'une proclamation aux 67 municipalités de l'Outaouais pour la *Journée* et confirmation d'adoption reçue de huit (8) municipalités;
- Campagne publicitaire touchant un auditoire estimé de plus de 350 000 personnes;
- Plus de 14 000 personnes rejointes via Facebook - du 2 au 13 mars 2022.

Le 2 décembre 2021, le Projet de loi 498 « Loi proclamant la Journée nationale de promotion de la santé mentale positive » a été déposé à l'Assemblée nationale, et a été adoptée le 31 mars 2022. Nous avons donc décidé que cette année 2022 verrait la toute première Journée nationale de promotion de la santé mentale positive. Cette première *Journée* devient donc pour nous en Outaouais l'occasion de lancer la Campagne de promotion de la santé mentale qui se termine à la mi-mai.

Une proclamation municipale a été préparée et envoyée à toutes les municipalités de l'Outaouais. Une confirmation d'adoption a été reçue de :

- La Conférence des préfets de l'Outaouais
- La MRC de La Vallée-de-la-Gatineau
- La Municipalité de Cayamant
- La Corporation Municipale du Canton d'Aumond
- La Ville de Maniwaki
- La Municipalité de Sainte-Thérèse de Gatineau
- La Municipalité de Grand-Remous
- La Ville de Gracefield

Nous avons rencontré M. Marc Carrière, préfet de la MRC des Collines-de-l'Outaouais et Mme Chantal Lamarche, préfète de la MRC Vallée-de-la-Gatineau et présidente de la Conférence des préfets de l'Outaouais afin de leur parler du projet



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

de loi et des plans pour l'Outaouais. Les deux (2) élu.e.s ont répondu avec enthousiasme. CAP Santé Outaouais a été invité à présenter les objectifs et les actions prévues dans l'Outaouais pour la *Journée* et pour la *Campagne 2022* aux tables suivantes :

- Table régionale de concertation sur le développement social
- Table des maires de la MRC Vallée-de-la-Gatineau
- Conférence des Préfets de l'Outaouais
- Table de développement social de la Basse-Lièvre
- Table de développement social de la Vallée-de-la-Gatineau

Une belle collaboration existe entre CAP Santé Outaouais et le CISSSO qui a démontré son appui en publiant :

- a. Un communiqué interne à l'ensemble des directions et l'Intranet
- b. Des messages Facebook dans les médias sociaux du CISSSO
- c. Un article sur le site Web (Quoi de neuf).

Pour souligner la toute première *Journée*, ainsi que notre nouvelle image de marque, et pour annoncer l'arrivée de notre nouveau site web, une campagne de publicité a été organisée. Une annonce en couleur a été publiée dans les médias suivants, pour la plupart en format papier et électronique, et une série de 30 messages de 45 secondes a été placée à CHGA.

- LeDroit (36 000 impressions)
- MATélé Outaouais
- CHGA Radio (32 900 auditeurs)
- L'Écho de Cantley (environ 13 500 impressions, plus la portée électronique)
- Journal du Pontiac et Le Bulletin d'Aylmer (près de 50 000 impressions, +électronique)
- InMedia (300 000, papier et numérique)
 - L'info de la Basse-Lièvre, de la Vallée, Petite Nation et L'Envol



Bannière du site web du Journal du Pontiac :



Plusieurs médias offraient des tarifs pour OBNL et un partenariat a été conclu avec IN Média et l'Écho de Cantley.



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

- Parution d'un cahier spécial dans les éditions du 9 mars 2022 de l'Info Vallée, l'Info Petite-Nation, l'Info Basse-Lièvre (plus de 300 000 vues web et papier) dans le cadre d'un partenariat établi avec IN Médias Outaouais pour un projet de sensibilisation pour la santé mentale. Un article a paru basé sur une entrevue avec la directrice générale, Isabelle Côté, puis un autre article basé sur le communiqué de presse que nous avons soumis.



Partenariat avec L'Écho de Cantley pour une publicité de ¼ page gratuitement et un article d'une page (environ 13 500 impressions, plus la portée électronique).

Enfin, nous avons diffusé huit (8) publications Facebook, et payé pour augmenter la diffusion de trois (3) publications, ayant rejoint plus de 14 000 personnes en Outaouais. Par exemple, voici les résultats de la publication du 2 mars :

Statistiques de la publication



PREMIÈRE JOURNÉE NATIONALE DE PROMOTION DE LA SANTÉ MENTALE - LE 13 MARS PROCHAIN Venez...

Publié par Marie-Josée Bernier · 2 mars ·

Impressions de publications

9 091

Couverture de la publication

6 139

Interaction avec la publication

439



RAPPORT ANNUEL 2021-2022



Campagne de promotion de la santé mentale 2022

FAITS SAILLANTS :

- Coordination d'un comité régional composé de six (6) partenaires, tenue de cinq (5) réunions de décembre 2021 à mars 2022;
 - Création de trois (3) comités de travail dont un dans lequel nous sommes particulièrement actifs : création de l'atelier sur le thème CHOISIR;
- Confirmation de la contribution financière du ROCSMO de 1 500 \$;
- Liaison avec 154 organismes communautaires du territoire :
 - Envoi d'une invitation aux organismes pour collaborer aux ateliers
 - Offre d'animer l'atelier disponible dans les deux (2) langues officielles;
 - Appels ciblés à plus d'une quarantaine d'organismes;
 - Environ deux (2) fois plus d'intérêt que les autres années;
 - 22 animations prévues par nos animatrices;
 - 16 organismes animeront eux-mêmes;
 - Huit (8) résidences pour aîné.e.s animeront elles-mêmes;
 - Envoi d'outils promotionnels « CHOISIR, c'est ouvrir une porte » - affiches et dépliants par la poste et lien aux outils électroniques par courriel;
- Élaboration d'une stratégie de communication :
 - Une nouvelle production vidéo de Fil;
 - Messages ciblés pour douze (12) publications Facebook;
 - Page dédiée à la *Campagne* sur le site web, avec amorce sur la page d'accueil;
 - Promotion de la *Campagne* par le CISSSO dans son réseau interne, sur son site web et sur sa page Facebook;
 - Courriels et articles publiés via notre Infolettre à tous nos abonnés.



CAP Santé Outaouais au cœur de l'action

Pour l'édition 2022, CAP Santé Outaouais joue encore le rôle de coordonnateur régional pour les activités liées à la *Campagne* de promotion de la santé mentale lancée dans le cadre de la Journée nationale de promotion de la santé mentale positive le 13 mars 2022. La *Campagne* a pour thème « CHOISIR, c'est ouvrir une porte » et se déroulera jusqu'à la mi-mai 2022.



Le comité organisateur a créé trois (3) sous-comités dont celui de création d'un atelier gratuit sur le thème de la *Campagne* « CHOISIR, c'est ouvrir une porte » sur lequel nous avons été particulièrement actifs. Un sous-comité se penche plus sérieusement sur la possibilité d'offrir l'atelier dans les résidences pour personnes âgées de la région et l'autre sous-comité cherche à rejoindre les intervenants.

Les conseiller.ère.s en promotion de la santé du CISSSO souhaitent collaborer à la *Campagne* en impliquant les écoles secondaires et peut-être celles pour les adultes. Ils prévoient accompagner certaines écoles à s'approprier le matériel de la *Campagne*.

Le ROCSMO a accepté de contribuer à la *Campagne* encore cette année pour un montant de 1 500\$. Merci pour cette contribution financière qui soutient le déploiement dans les territoires.



Liaison avec 154 organismes communautaires du territoire et 40 résidences d'ainé.e.s

Une lettre a été envoyée par courriel à 154 organismes communautaires de la région en mars 2022 afin de les inviter à participer à la *Campagne* en offrant l'atelier gratuitement à leurs membres / aux membres de leur communauté. Des appels personnalisés ont été faits à une quarantaine d'organismes et deux (2) fois plus d'entre eux ont manifesté un intérêt. Les partenaires ont fait des appels aux 40 résidences d'ainé.e.s autonomes et semi-autonomes de la région.



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

- Pas moins de 22 animations sont prévues par nos animatrices pour les deux (2) premières semaines de mai 2022, soit :
 - 18 organismes
 - une résidence d'aîné.e.s
 - trois (3) publiques par CAP Santé Outaouais en format virtuel
- 16 organismes veulent animer eux-mêmes
- Huit (8) résidences d'aîné.e.s animeront elles-mêmes
- Et d'autres milieux par le CISSSO (écoles, centre de jour en déficience...)

Enfin, les outils imprimés (affiches et dépliants) ont été distribués par la poste à l'ensemble d'entre eux et un lien aux outils électroniques a été envoyé par courriel.

Communications

Une nouvelle production vidéo de Fil sur le thème « CHOISIR, c'est ouvrir une porte » a été préparée et sera diffusée dans le cadre de la *Campagne*. Une page spéciale est publiée sur le nouveau site web de CAP Santé Outaouais et un icône spécial a été placé sur la page d'accueil. Un courriel spécial de lancement a été envoyé à tous nos abonnés le 8 mars 2022. Nous prévoyons publier un article dans l'Infolettre d'avril et le calendrier des ateliers dans un courriel à la mi-avril et dans l'Infolettre de mai.

Nous avons préparé une série de messages ciblés pour une douzaine de publications Facebook. Nous avons débuté à la fin de mars 2021. Enfin, une rencontre s'est tenue en février 2022 avec Marie-Hortas et Cindy Jalbert du CISSSO pour établir la participation du CISSSO aux communications. Voici ce qui est prévu :

- a. Communiqué interne aux directions et dans l'Intranet;
- b. Publication dans les médias sociaux du CISSSO, des messages Facebook de la *Campagne* (une publication la semaine avant, puis une ou deux (2) pendant la Semaine nationale de la santé mentale);
- c. Diffusion d'un article sur le site Web (Quoi de neuf).



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

Comité organisateur

Le comité organisateur de l'édition 2022 a complété son travail de planification et a lancé la Campagne qui s'étendra jusqu'à la mi-mai 2022. Nous tenons à remercier les membres :

- Catherine Lafleur-Legault du Centre Inter-Section
- Marie-Claude Leclair des Habitations Nouveau Départ
- Jacques Guay et Audrey Kingsbury de la Maison Réalité
- France Pérodeau du Service d'accompagnement pour l'inclusion sociale (SAIS)
- Mélanie Sarazin du ROCSMO
- Marie Hortas et Lisa Leblanc du CISSSO



La gratitude du comité organisateur

Nous sommes très contents de l'avancement de nos travaux. Nous avons déjà soulevé des défis et exploré des moyens d'y faire face. Nous nous sentons mobilisés pour la suite.

Nous tenons à souligner la belle cohésion que nous vivons entre le CISSSO et le communautaire. Nous constatons que nos rencontres donnent le sourire à tout le monde! C'est dans une ambiance de plaisir et de respect que nous avançons dans l'organisation de cette belle Campagne promotionnelle!

Le fait de rejoindre davantage les aînés par l'entremise des résidences et les jeunes par l'entremise des écoles, ça nous donne des ailes!!! Nous avons l'impression que notre atelier sera une bouffée d'air frais!

Il y a du travail sur la planche mais nous sommes motivés!



CAP Santé Outaouais, actif au niveau provincial

FAITS SAILLANTS :

- Neuf (9) rencontres avec le Mouvement Santé mentale Québec;
- Participation à une formation sur l'astuce CHOISIR et un webinaire provincial pour enrichir son expérience d'enseignement des sept (7) astuces.

CAP Santé Outaouais participe à des rencontres régulières des organismes régionaux membres du MSMQ. Ces réunions permettent d'échanger et d'orienter les actions concertées du MSMQ et de faire rayonner les accomplissements de la région ainsi que de faire valoir nos préoccupations.

Les échanges avec le Mouvement Santé mentale Québec et les membres régionaux cette année ont surtout portés sur le projet de loi et la création de la Journée nationale de promotion de la santé mentale positive et sur la Campagne de promotion de la santé mentale 2022.

Perspective d'avenir

Nous comptons poursuivre la coordination d'une Campagne annuelle de promotion de la santé mentale en mettant à contribution divers milieux de la région (organismes, résidences, écoles et autres). Nous allons continuer de maximiser les opportunités avec le Mouvement Santé mentale Québec.



2 Élaborer une stratégie de communication

Depuis quatre (4) ans, CAP Santé Outaouais a développé et accru ses capacités en communication. Les efforts ont donné lieu à une stratégie de communication globale, à une toute nouvelle image de marque et au lancement de notre tout nouveau site web.



Plan de communication

FAITS SAILLANTS :

- Élaboration et présentation de la stratégie de communication globale de l'organisme au CA;
- Modernisation de l'image de marque :
 - Nouvelle charte graphique;
 - Nouveaux outils électroniques;
 - Nouveaux outils imprimés.

Les sondages, consultations et sessions de travail menés en 2020 et 2021 ont servi à développer la stratégie de communication, soit la deuxième des trois (3) principales étapes du plan de communication (après l'analyse de l'environnement).

La stratégie a été présentée au Conseil d'administration en mai 2021 mais son adoption a été remise après le prochain exercice de planification stratégique prévu en 2022-2023. La troisième et dernière étape soit la mise en œuvre n'a donc pas pu être réalisée. Toutefois, nous avons procédé à certaines activités liées au lancement du site web.



RAPPORT ANNUEL 2021-2022



Modernisation de l'image de marque et nouveaux produits

Les démarches entreprises par CAP Santé Outaouais en 2020-2021 pour la modernisation de son image de marque ont été achevées.



Ainsi :

- Une nouvelle charte graphique a été développée et adoptée détaillant les spécifications du nouveau logo, des polices et des nouvelles couleurs;
- De nouveaux outils électroniques ont été produits dont :
 - Des icônes et symboles graphiques à utiliser pour le site web, les Infolettre et autres messages électroniques;
 - Cartons modifiables pour la promotion des formations;
 - Pages titres de documents modifiables pour les documents de travail, de formations ou autres,
 - Papier en-tête.
- Nouveaux outils imprimés :
 - Cartes d'affaires de la directrice générale et génériques;
 - Trois dépliants : formations, entraide et générique;
 - Pochettes;
 - Papier en-tête.
- Un nouveau parapost.

La nouvelle image de marque a été lancée dans le cadre de la campagne publicitaire du mois de mars 2022. Les outils électroniques ont été utilisés pour la création du nouveau site web, du nouvel Infolettre et des publications Facebook. L'annonce de la nouvelle image a suscité beaucoup d'intérêt sur Facebook et parmi nos membres.



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

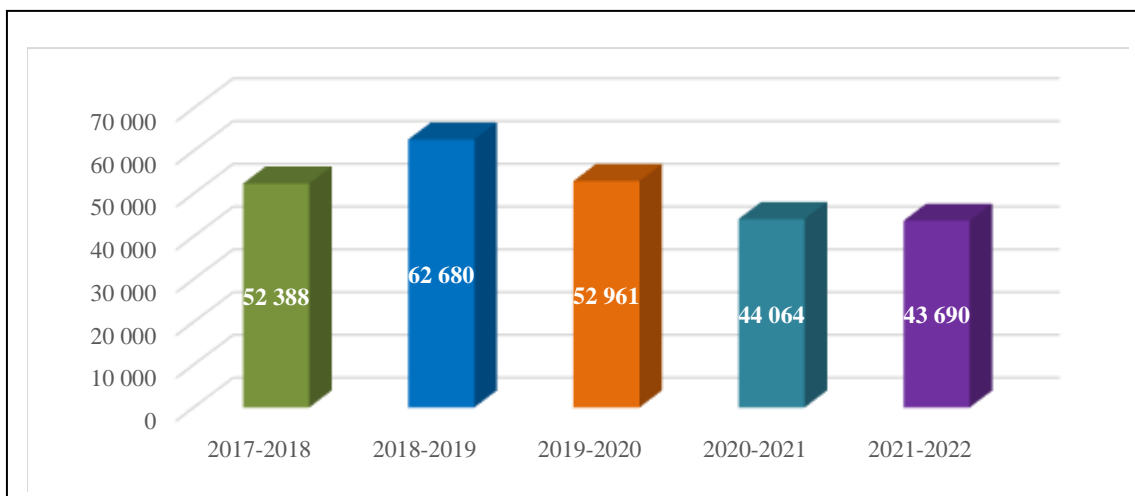


Un tout nouveau site web

FAITS SAILLANTS :

- 43 690 visiteurs.euse.s au cours de l'année sur le site;
- Plus d'une quinzaine (15) de rencontres du comité de travail web / communications;
- Lancement du nouveau site web le 8 mars 2022.

Le site a eu un achalandage important et a maintenu un nombre semblable de visiteur.euse.s comparativement à l'an passé. Cela représente au total 43 690 visiteur.euse.s pour l'année 2021-2022 (moyenne de 3 640 par mois et 120 par jour).



Autres données intéressantes

Provenance des visiteur.euse.s

des moteurs de recherche	56 %	↓ 9%
de la saisie directe de notre adresse Internet	37 %	↑ 5%
d'un lien sur un autre site	6 %	↑ 4%
d'un lien Facebook ou autres	1 %	=



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

Nous constatons que les statistiques démontrent nos efforts de visibilité. Au prochain rapport d'activités, il sera intéressant de voir l'évolution avec le nouveau site web.

Pages les plus visitées

Répertoire des groupes d'entraide et de soutien	3 987 visites
Exercices dans la section ressources	3 678 visites
Formations	3 409 visites
Guide d'accompagnement pour les groupes d'entraide	3 077 visites
Ateliers	2 766 visites
Journal de nouvelles	2 250 visites
Amitié	1 758 visites
Jeux-questionnaires	1 699 visites

Comparativement à l'an passé, nous constatons une augmentation significative des visites à la page du répertoire des groupes d'entraide et de soutien ainsi que celle des formations.

Le comité formé de François Allard, Isabelle Côté et Yanick Maurice, avec l'aide de Services Opale Communications, a continué le travail de refonte du site web débuté en 2019 et a accéléré la cadence avec la création du nouveau « look ».

Le besoin criant d'un contenu plus accessible et aligné sur les intérêts de nos membres et partenaires a aussi motivé cette poussée même si la recherche et l'apprentissage nécessaires à la mise en place d'une nouvelle infrastructure, d'un langage commun et des applications à bâtir pour le nouveau site web ont demandé beaucoup d'effort. La révision du contenu, la réflexion sur les fonctionnalités et la construction de la plateforme technologique a occupé beaucoup de temps.

CAP Santé Outaouais devait donc se préparer à refaire le site dans son ensemble afin de mieux représenter CAP Santé Outaouais et surtout de le rendre compatible aux nouveaux réseaux et plateformes, réseaux sociaux et aux appareils cellulaires, entre autres. Toutefois, nous avons l'intention de lancer le nouveau site à temps pour la première *Journée* du 13 mars. Compte tenu de l'ampleur de la tâche, avons opté pour lancer le site avec un mélange de nouveau contenu, une nouvelle organisation du contenu et une partie de contenu « tel quel ».



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

Et oui, nous avons dû CHOISIR. Par exemple, dans le passé, nous avons constaté que les gens apprécient nos outils en ligne (ex. les jeux-questionnaires) et consultent fréquemment le répertoire des groupes d'entraide. Nous avons donc déployé des efforts pour la mise à jour et la nouvelle présentation du répertoire des groupes d'entraide et de soutien, mais la transformation du contenu des outils en format dynamique a été remis à la 2^e étape puisqu'elle requerra bien du temps. C'est pourquoi vous constaterez qu'il y a des sections dans lesquelles le contenu est présenté sous format pdf. Nous avons l'intention de transformer ce contenu dans les mois à venir mais tenions à le rendre quand même disponible entre temps.

Nous avons intégré de nouvelles fonctions au site web telles que l'abonnement à l'Infolettre, le formulaire pour devenir membre et la possibilité de faire un don. D'autres fonctionnalités s'ajouteront telles que le paiement en ligne pour les publications et l'adhésion.

Bravo pour le nouveau site web, les couleurs, le nouveau logo, la clarté et fluidité! Il va faire des vagues!

Félicitations!

Super beau site Isabelle – Bravo à toute l'équipe !!!!

Super beau travail. J'aime beaucoup votre nouveau site internet.



Visibilité

CAP Santé Outaouais déploie des efforts afin de profiter des opportunités qui se présentent pour faire la promotion de la santé mentale et du mieux-être ainsi que des activités offertes. Par exemple, à l'automne 2021 le CEGEP de l'Outaouais a décidé de tenir sa foire d'information dans le cadre de la Journée de la santé mentale au collégial de façon virtuelle. CAP Santé Outaouais a préparé une vidéo, dans laquelle notre stagiaire Frédérique Hong-Albert a participé.

La nouvelle image de marque a donné un nouveau souffle à nos représentations. Comme c'était aussi notre 30^e anniversaire, nous avons produit une capsule vidéo distribuée via Facebook, YouTube et sur la page d'accueil de notre site web. Nous avons aussi profité de la première Journée nationale de promotion de la santé mentale positive en Outaouais pour augmenter la visibilité de l'organisme via Facebook, dans une campagne publicitaire et auprès de certains élus ciblés.



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

Nous avons été invités à présenter les objectifs et les actions prévues dans l'Outaouais pour la *Journée* et pour la *Campagne* 2022 aux tables suivantes :

- Table régionale de concertation sur le développement social
- Table des maires de la MRC Vallée-de-la-Gatineau
- Conférence des Préfets de l'Outaouais
- Table de développement social de la Basse-Lièvre
- Table de développement social de la Vallée-de-la-Gatineau

CAP Santé Outaouais a envoyé le Journal de nouvelles à environ 750 abonné.e.s, huit (8) fois dans l'année. Au début de mars 2022, la toute nouvelle Infolettre arborant les nouvelles couleurs a été envoyée à 795 abonné.e.s. L'envoi des Infolettres se fait maintenant en utilisant *MailPoet*, un outil rendu possible grâce au nouveau site web.

Merci pour ce bulletin et toutes mes félicitations pour vos 30 ans d'existence.

Merci aussi pour tout le beau travail accompli et que vous poursuivez si bien.

Je trouve votre infolettre fort intéressante, facile à lire, informative et pragmatique.

Je la crois pertinente à une meilleure compréhension de la santé mentale.

Il me tarde d'en lire d'autres extraits.



La page Facebook de CAP Santé Outaouais

Force est de constater que les médias sociaux prennent de plus en plus de place dans la vie des gens. CAP Santé Outaouais a réussi à avoir une certaine présence sur Facebook en publiant des messages ciblés pour la *Campagne* 2021 et pour la



De gauche à droite : Claudia Forget, Isabelle Côté et Frédérique Hong-Albert

Cette photo d'équipe a été prise pour la Journée nationale de la santé mentale en mars 2022. L'idée originale de cette photo avec les portes vient de Claudia, en lien avec le thème de la Campagne « Choisir, c'est ouvrir une porte ».



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

Journée. CAP Santé a aussi partagé des publications du MSMQ. Nous avons publié des messages pour annoncer des formations et des ateliers. Nous avons utilisé le service de publicité pour quelques publications originales, ce qui semble avoir accru la visibilité et rejoint quelques milliers de personnes. La page Facebook a maintenant plus de 1 700 abonné.e.s et est abonnée à 784 autres pages.

Perspective d'avenir

Nous allons continuer nos efforts de visibilité et le développement du nouveau site web. Et nous allons revisiter la stratégie de communication après l'exercice de la prochaine planification stratégique.



3

Créer un réseau d'agent.e.s multiplicateur.rice.s

Les organismes partenaires du comité organisateur de nos campagnes annuelles de promotion sont des agent.e.s multiplicateur.rice.s naturel.le.s. En plus, nos collaborations avec des organismes dans les divers territoires pour les ateliers et celles avec les groupes d'entraide /soutien constituent aussi des démarches vers la création d'un réseau.

Cette année, CAP Santé Outaouais a fait des avancées auprès de certains élu.e.s, ce qui ouvre la porte à de nouvelles collaborations. En utilisant les liens qui se créent, nous souhaitons poursuivre les collaborations afin d'outiller les membres de notre réseau par le biais de nos formations et ateliers.



Partenariat et collaboration avec le milieu

Dans le cadre de la Campagne de promotion de la santé mentale en Outaouais 2021, Mme Chantal Lamarche, présidente de la Conférence des préfets de l'Outaouais et préfète de la MRC Vallée-de-la-Gatineau, a accepté de prêter main forte aux efforts de sensibilisation en incluant la *Campagne* à l'ordre du jour de la réunion de la Conférence des préfets du mois d'avril, ainsi qu'à la table des maires de la MRC Vallée-de-la-Gatineau. Elle a de plus facilité la distribution d'une proclamation municipale auprès des 67 maires de la région de l'Outaouais. Elle a accepté de donner le coup d'envoi de la *Campagne* lors du lancement officiel en avril et de partager les publications Facebook de CAP Santé Outaouais sur sa page personnelle, ainsi que celle de la MRC Vallée-de-la-Gatineau.

Encore une fois cette année, Mme Lamarche a ouvert des portes à CAP Santé Outaouais en nous invitant à présenter à la Conférence des Préfets de l'Outaouais, ce qui nous a donné une visibilité directe auprès de la mairesse de Gatineau et des préfets des MRC. Ces derniers ont d'ailleurs confirmé leur soutien à la *Campagne* et plusieurs ont partagés nos messages Facebook. Nous avons aussi rencontré M. Marc Carrière, préfet de la MRC Collines-de-l'Outaouais en décembre 2021 et il avait accepté de parler à ses collègues député.e.s dans le but de faire adopter le projet de loi 498 créant la Journée nationale de promotion de la santé mentale positive.



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

Nous avons aussi été invités à la Table régionale de concertation sur le développement social ce qui ouvre une porte au réseau des Tables de développement social de l'Outaouais. Toutes ces opportunités contribuent au réseau d'agent.e.s multiplicateur.rice.s de promotion de la santé mentale.

Une autre collaboration importante s'est développée avec le Centre intégré de la santé et des services sociaux de l'Outaouais (CISSSO) dans le cadre de la *Campagne* 2021 et de la *Journée* du 13 mars 2022. En effet, le CISSSO a accepté de diffuser un message spécial à tout le personnel au sujet de la *Campagne*, de ses activités et de ses messages, en plus de publier plusieurs publications sur sa page Facebook officielle et un article complet sur le site web. La même collaboration s'est poursuivie pour la *Journée* et la *Campagne* 2022. CAP Santé Outaouais remercie chaleureusement Mme Cindy Jalbert et Mme Marie Hortas du CISSSO pour leur collaboration dans le cadre des communications des *Campagnes* 2021 et 2022.

Au cours de l'année, CAP Santé Outaouais a aussi œuvré aux collaborations suivantes :

- Membre du Mouvement Santé mentale Québec (MSMQ);
- Membre du Regroupement des organismes communautaires en santé mentale de l'Outaouais (ROCSMO);
- Membre de la Table Régionale des organismes communautaires autonomes de l'Outaouais (TROCAO);
- Membre d'Espace Outaouais;
- Coordination du comité organisateur de la Campagne de promotion de la santé mentale pour les éditions 2021 et 2022;
- Partenariat avec la Table des partenaires du secteur Fournier à Gatineau pour l'implantation du Projet de quartier pacifique et sécuritaire (Association de la fraternité du secteur Fournier, L'Antre-Hulloise, L'Avenue des Jeunes, École Notre-Dame, Centre de pédiatrie sociale, Ville de Gatineau, CISSSO);
- Poursuite de l'entente de partage des coûts des biens et services avec les deux colocataires : L'Apogée et L'Envol S.R.T.





RAPPORT ANNUEL 2021-2022

Perspective d'avenir

CAP Santé Outaouais compte poursuivre ses efforts de rayonnement auprès des Tables de développement social, des organismes du territoire, des écoles et divers milieux. Il souhaite continuer sa participation dans les projets de mobilisation du milieu tels que le Projet de quartier pacifique et sécuritaire.

De plus, nous prévoyons continuer la collaboration avec la présidente de la Conférence des préfets de l'Outaouais et le CISSSO, et étendre les efforts de rayonnement initiés auprès des élu.e.s et des personnalités de la région.



Élaborer un plan pour assurer des sources de financement continues

CAP Santé Outaouais est principalement financé par le Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC) du Centre intégré de santé et de services sociaux de l'Outaouais. Un des critères de ce programme est de démontrer la contribution de la communauté de différentes manières, y compris financièrement.



Contributions financières ciblées

Nos sources d'autofinancement proviennent principalement des ventes de certains services, comme les formations et l'accompagnement de milieu. Dans le cadre de la Campagne de promotion de la santé mentale 2021, le Regroupement des organismes communautaires en santé mentale de l'Outaouais (ROCSMO) a accepté de contribuer financièrement pour un montant de 1 500 \$. Merci pour cette contribution financière qui va favoriser le déploiement sur les territoires. Le ROCSMO a aussi renouvelé son engagement financier pour la *Campagne 2022*.



Campagne de financement

CAP Santé Outaouais avait l'intention de développer une stratégie de financement à moyen et long terme. Cette initiative a été mise sur pause puisque le contexte externe (pandémie) n'était pas favorable. Les efforts ont plutôt été ciblés vers les dossiers internes tels que le recrutement et la révision de la politique des ressources humaines.

Perspective d'avenir

CAP Santé Outaouais compte revoir cette stratégie lors de l'élaboration de la nouvelle planification stratégique en 2022-2023.



5 Développer une vie associative dynamique

FAITS SAILLANTS :

- 46 membres de l'organisme;
- 270 heures de bénévolat du CA;
- 12 réunions du CA;
- 11 rencontres du comité de révision des ressources humaines;
- Six (6) rencontres du comité d'embauche.

Le Conseil d'administration a tenu ses rencontres mensuelles (12 réunions) en mode visioconférence. Ceci s'est avéré tout de même un moyen utile et efficace de suivre les dossiers, de partager et de prendre des décisions. L'AGA a eu lieu le 22 juin 2021 et la conformité de nos règlements généraux a été confirmée. Le CA a été particulièrement actif cette année en investissant une centaine d'heures de bénévolat de plus que l'an dernier pour un total de 270 heures.

Un comité de révision des ressources humaines s'est mis en place et il a tenu 11 rencontres. Le comité a révisé la politique de ressources humaines, y compris les échelles salariales, les conditions de travail etc., et le travail se poursuit.

Un comité d'embauche s'est rencontré à six (6) moments pour procéder à l'embauche de Claudia Forget, une nouvelle agente de programmes.

Des correspondances ont été envoyées aux membres au sujet de l'AGA et du renouvellement de l'adhésion.

Enfin, nous avons renouvelé notre entente avec l'Apogée et l'Envol pour le bail. Nous avons tout de même réaménagé les locaux en libérant le bureau de l'administration.

Perspective d'avenir

CAP Santé Outaouais compte continuer à impliquer ses membres. Et une réflexion concernant le recrutement de nouveaux membres sera amorcée dans le cadre de la prochaine planification stratégique 2022-2023.



6

Revoir notre offre de services pour **l'entraide et pour le Projet Pacifique**

Au fil des ans, CAP Santé Outaouais est devenu la référence en matière d'entraide dans la région. La participation à un groupe d'entraide ou à un groupe de soutien est déterminante pour la santé mentale des personnes qui décident de s'engager dans ces groupes. Ce n'est pas étonnant que, par notre mission de promotion de la santé mentale, l'entraide a toujours été un volet très important pour notre organisme. Vu l'importance de ce volet, CAP Santé Outaouais cherche à valider et réviser son accompagnement aux groupes.

Le Projet Pacifique est un programme de promotion des conduites pacifiques à l'école primaire qui vise à aider les jeunes à résoudre les conflits interpersonnels et privilégie la médiation comme mode de résolution de conflits. À l'automne 2021, ce programme a eu 25 ans. Il est donc de mise de le réviser et d'en bonifier la méthode, les outils et la certification pour être à jour et simplifier l'application dans les écoles.



Entraide

FAITS SAILLANTS :

- 92 réponses à des demandes d'information par téléphone et courriel;
- Mise à jour complète du répertoire pour arrimage à la nouvelle présentation sur le site web (février)
 - Tous les groupes ont été contactés par courriel et/ou téléphone;
 - 49 groupes lors de la mise à jour annuelle;
- 3 987 visites dans la section du répertoire en ligne de notre site web;
- 795 abonné-e-s à l'Infolettre (mars 2022);
- Appui à trois (3) personnes de la communauté désirant démarrer un groupe;
- Réouverture de la salle d'entraide le 7 juin : information aux groupes, signatures des contrats d'engagement par les groupes qui utilisent la salle
- Quatre (4) groupes se rencontrent dans nos locaux ou virtuellement.

L'entraide constitue une grande partie de nos activités directes au public. Les groupes d'entraide se présentent comme ressource complémentaire aux soins de



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

première ligne et contribuent à briser l'isolement souvent créé par des expériences, des handicaps ou des souffrances particulières telles que les troubles de l'alimentation, les troubles anxieux, la douleur chronique, le deuil, les traumatismes craniocérébraux, l'épilepsie, l'alcoolisme, etc. Les liens créés dans les groupes participent aussi à favoriser une santé mentale positive.

Le répertoire des groupes d'entraide et de soutien et l'aide au démarrage

Le principal outil est le répertoire des groupes d'entraide et de soutien, qui inclut 49 groupes. Il est disponible en ligne gratuitement dans un nouveau format simplifié sur notre site web.

En février 2022, nous avons communiqué avec tous les groupes pour valider leur information et fait des modifications pour la majorité d'entre eux. Habituellement cette mise à jour annuelle se fait en juin. Comme nous étions dans le processus de migration du répertoire pour le nouveau site web, c'était un bon moment.

Cette année, nous avons rencontré trois (3) différentes personnes intéressées à démarrer un groupe d'entraide. Un nouveau groupe sur la gestion de l'anxiété a démarré pendant l'été 2021.

Au cours de l'année, nous avons hébergé dans nos locaux ou virtuellement quatre (4) différents groupes.

- Communication nonviolente - un langage de vie
- Apprivoiser mon anxiété tout en douceur
- Hommes Québec
- Femmes Québec

Notre salle d'entraide a été partiellement fermée en raison de la pandémie. En raison de cette fermeture, nous avons à leur disposition une plate-forme Zoom. La salle d'entraide a réouvert le 7 juin 2021 avec des mesures particulières et signature d'un contrat pour les groupes.

Il est important de préciser que plusieurs groupes offrent des rencontres en mode virtuel au niveau provincial en attendant la reprise complète des activités en personnes.



Révision de l'offre de services de l'entraide

En 2017, une étude de besoin a été menée auprès des responsables de groupes d'entraide et de soutien. Certaines mesures ont été mises en place à la suite de cette étude. Au cours des deux (2) dernières années, nos activités ont été limitées dû à la pandémie mais aussi par manque en ressources humaines.

Perspective d'avenir

CAP Santé Outaouais compte entreprendre une nouvelle étude de besoin auprès des groupes afin de prioriser les mesures et activités à mettre en place.



Projet Pacifique

FAITS SAILLANTS :

- Suspension du processus de certification;
- Reprise de la révision du programme à l'automne 2021;
- Reprise des activités et planification de rencontres à venir avec des personnes clés dans les écoles (février 2022);
- Appels ciblés à des personnes clés dans les écoles ;
- Prise de contact avec cinq (5) écoles certifiées pacifiques dont trois (3) écoles disponibles (École Carle, Montessori des 4 Vallées, des Trois-Portages);
- « Focus group » avec enfants, École des Trois-Portages à Aylmer.

Le Projet Pacifique, par les valeurs qu'il véhicule et les ressources qu'il mobilise, amène un changement dans la culture organisationnelle de l'école. Avant la pandémie, nous entretenions des liens avec sept (7) écoles de la région.

Gatineau, secteur Hull

- École Saint-Paul
- École Côte-du-Nord
- École Lac-des-Fées

Gatineau, secteur Gatineau

- École Carle

Gatineau, secteur Aylmer

- École des Trois-Portages
- École du Village

Chelsea

- École Montessori des 4 Vallées



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

Pour les années scolaires 2020-2021 et 2021-2022, nous n'avons pas entrepris le processus de certification dû à la pandémie.



Nous n'avons reçu aucune demande de formation ou d'accompagnement. Nous ne savons pas si les écoles ont animé nos ateliers de sensibilisation aux notions pacifiques. Nous comprenons très bien que les priorités actuelles des écoles sont reliées aux chamboulements apportés par la pandémie. Toutefois, nous savons que le projet est maintenu dans certaines écoles.

Actualisation du Projet Pacifique

Depuis le départ de notre conseillère en promotion en août 2019, la mise à jour du Projet Pacifique a été suspendue temporairement. Avec l'embauche d'une nouvelle agente de programmes, nous comptons poursuivre la révision.

Après une appropriation du programme et des principaux concepts, plusieurs pistes de réflexions sont ressorties sur la forme et le contenu. Le constat de l'importance de développer davantage les moyens de se calmer chez les élèves provient des cercles de concertation sur le développement socio-émotionnel réalisés avec nos partenaires scolaires et Lisa Leblanc. Claudia a conçu trois (3) ateliers pour apprendre aux enfants à se recentrer. La stagiaire Frédérique a été mise à contribution.

Il y a eu des contacts établis avec cinq (5) écoles afin de pouvoir rencontrer des élèves et tester les nouveaux ateliers. Comparativement à avant la pandémie, l'ouverture des milieux est plus restreinte. Toutefois, nous avons persévéré et nous souhaitons remercier notre membre Julie Tassé de nous avoir aidé!

Nous avons été en mesure de faire un « focus group » afin d'évaluer les besoins et connaissances des élèves sur les moyens de retour au calme et s'inspirer de leurs réponses pour ajuster les ateliers créés en ce sens. Merci à l'École des Trois-Portages! Neuf (9) élèves de 4^e, 5^e et 6^e année ont participé à la rencontre. L'apprentissage du thermomètre émotionnel a été bien compris par les élèves. Et



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

l'art est l'un des moyens qui ressort davantage pour se calmer. Claudia et Frédérique ont observé l'efficacité d'un exercice court à assez grande intensité qui a ramené le calme de la classe en moins de deux minutes. Cet exercice sera proposé lors d'un atelier.

Perspective d'avenir

CAP Santé Outaouais compte élargir sa prise de contact avec les écoles et continuer le développement de nouveaux ateliers complémentaires. Les trois (3) ateliers pour apprendre à se calmer seront offerts dès l'automne. Par la révision de notre programme, nous souhaitons développer une approche novatrice et explorer des moyens alternatifs.

Nous avons constaté à quel point la réalité des écoles a changé avec la pandémie. Il est essentiel de revenir à l'évaluation des besoins des milieux. Entre autres, nous avons appris que le soutien aux enseignant.e.s et au personnel des écoles est ce qui manque le plus présentement dans les milieux.



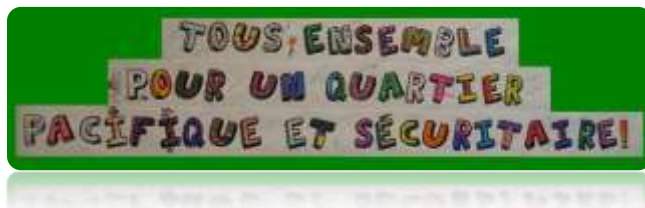
Annexes



Annexe 1 - Projet de mobilisation citoyenne – Quartier pacifique et sécuritaire

FAITS SAILLANTS :

- Rencontre de la Table des partenaires pour discuter des engagements de chacun pour les suites du projet de Quartier pacifique et sécuritaire du secteur Fournier : niveau d'engagement satisfaisant et les actions seront adaptées;
- Quatre (4) réunions avec la Table des partenaires;
- Formation sur les conduites pacifiques aux partenaires;
- Plusieurs rencontres avec le comité de travail, la coordonnatrice du projet et autres intervenantes;
- Trois (3) rencontres de planification du Forum Ouvert avec un sous-comité;
- Trois (3) rencontres de partage et de réflexion pour l'arrimage des notions avec celles de l'École Notre-Dame.



Le but ultime du Projet de quartier pacifique et sécuritaire, c'est de promouvoir le développement d'un milieu de vie sain et sécuritaire. Les principaux objectifs sont de mobiliser les organisations et les résident.e.s du quartier pour augmenter les comportements prosociaux et améliorer le sentiment de sécurité dans la communauté.

CAP Santé Outaouais accompagne la Table des partenaires du secteur Fournier à Gatineau pour l'implantation du projet (Association de la fraternité du secteur Fournier, L'Antre-Hulloise, L'Avenue des Jeunes, École Notre-Dame, Centre de pédiatrie sociale, Ville de Gatineau, CISSSO). Le processus favorise la mise en place de facteurs clés pour des changements significatifs et durables chez les résidents. Le projet a officiellement démarré en novembre 2019 et s'est poursuivi jusqu'à l'arrêt des activités due à la pandémie.

Après une pause d'un an d'activités, nous avons repris le projet avec la Table des partenaires dès le mois d'avril 2021. Malgré les obstacles majeurs reliés à la pandémie, nous sommes tout de même satisfaits des actions réalisées.



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

Tout au long de l'année, il a fallu nous adapter et réfléchir avec les partenaires pour nous ajuster à l'évolution de la pandémie mais aussi aux réalités des organisations (changement de personnel, congé invalidité, manque de ressources humaines).

Nous avons eu plusieurs rencontres avec la Table des partenaires, avec un comité de travail, avec la coordonnatrice du projet et autres intervenantes. Un Forum Ouvert était prévu à l'automne mais il a été annulé à la dernière minute dû à des changements de mesures sanitaires du Gouvernement.

Nous avons formé huit (8) partenaires aux conduites pacifiques afin de développer une vision collective et déployer des outils communs pour les enfants, les adolescents et les adultes du quartier. Cette formation a été très appréciée. C'était la première journée de travail à Claudia!

Avec les partenaires, nous avons organisé une activité d'exposition aux notions pacifiques pour la fête de Noël du quartier. Une canne de bonbon était remise à chaque résident.e de chaque famille avec un message d'espoir et de solidarité. Les résident.e.s participaient en écrivant le message pour les prochains résident.e.s présent.e.s. Plus d'une centaine de résident.e.s étaient présent.e.s. Malheureusement, nous n'avons pas été en mesure de participer à l'événement dû aux nouvelles recommandations sanitaires avant la période des Fêtes.





RAPPORT ANNUEL 2021-2022

En février et mars, plusieurs rencontres ont eu lieu pour concevoir une activité de mobilisation et de participation citoyenne. C'était un concours de photos et d'écriture intitulé « *Un souvenir heureux et plus vrai bien souvent que le bonheur* ». Un résident des plus impliqué au Centre communautaire a reçu le prix, vu qu'une seule photo a été reçue.

L'année se termine avec un changement de l'intervenante de quartier ce qui nous ramène avec les partenaires à la planche à dessins!

Perspective d'avenir

CAP Santé Outaouais compte poursuivre l'accompagnement à la Table des partenaires du secteur Fournier. Nous allons nous assurer de l'engagement de ceux-ci tout en respectant leur rythme et les possibilités d'actions de mobilisation citoyenne.



Annexe 2 - Programme de formation et ateliers

FAITS SAILLANTS :

- Formation « S'adapter au changement » (4)
- Formation « Animation de groupes » (4)
- Atelier RESENTIR
 - Centre Mechtilde (4), Centre d'action bénévoles (7) et population (4)
- Atelier DÉCOUVRIR
 - APICO (17), Avenue des Jeunes (5) et population (4)

Les activités de formation s'inscrivent dans notre mission de promotion de la santé mentale et du mieux-être. Les thèmes sont choisis afin d'offrir l'apprentissage de nouvelles manières d'être et d'entrer en relation pour un meilleur équilibre de vie. Les formations sont généralement offertes en soirée ou la fin de semaine pour favoriser l'accessibilité aux bénévoles des groupes d'entraide et à la population.

À cause de la pandémie, nous avons dû nous adapter à la technologie et offrir en 2021 des formations en mode virtuel ou en personne. Nous avons dû suspendre la formation pendant l'hiver 2022 en raison d'un manque de ressource humaine.

Voici des extraits recueillis dans les fiches d'appréciation des formations :

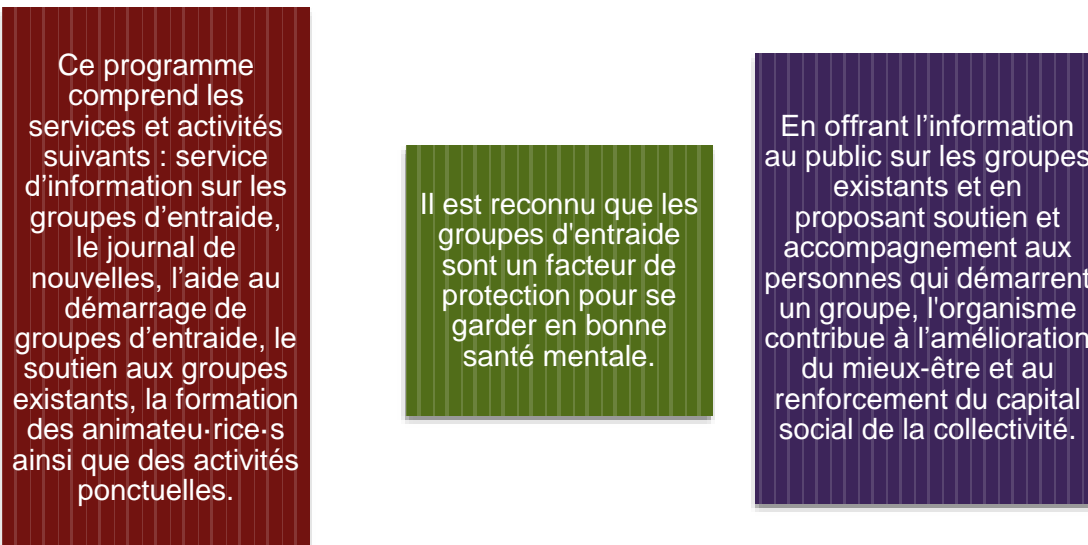
- *Le plan de l'atelier a été bien conçu et j'ai apprécié les exemples de Yanick qui aidaient à mieux saisir la théorie.*
- *Ça m'a permis de consolider des forces en me remémorant une situation où j'en étais ressortie grandie. Je pourrai y référer à nouveau au besoin.*
- *Yanick a favorisé les échanges entre nous. Merci pour son écoute et ses feedbacks. Il y a eu un effet de la richesse dans les échanges.*
- *C'est surtout les deux premiers blocs qui m'ont touché. La régulation des émotions, explorer son univers émotif. De réaliser les coûts associés au refoulement des émotions a été révélateur pour moi. J'ai réalisé que j'avais pu améliorer certaines habiletés au cours de ma vie.*
- *Ce fut un temps de réflexion qui fut bénéfique pour moi.*
- *Ce fut très intéressant et dynamique*
- *Merci beaucoup à CAP Santé et plus particulièrement à Yanick pour la pertinence de ses observations et la qualité de ses présentations.*

Perspective d'avenir

CAP Santé Outaouais va continuer à offrir des formations et développer des contenus.



Annexe 3 – Services pour **l'entraide**



De nombreux individus et organisations nous réfèrent les gens. Les références proviennent généralement de l'Internet, du service 811, des psychologues et autres intervenants du domaine de la santé, des organismes communautaires et MATv.

Depuis 2005, nous publions un journal de nouvelles pour soutenir les groupes qui souhaitent faire paraître leurs nouvelles. En plus, nous offrons une visibilité aux groupes d'entraide et de soutien par l'entremise de notre Facebook, du babillard communautaire ainsi que par le babillard électronique Canal Vox.





Annexe 4 – Contexte et historique du Projet Pacifique

En 1996, un programme de promotion des conduites pacifiques à l'école primaire a été conçu dans le but d'aider les jeunes à résoudre les conflits interpersonnels et privilégier la médiation comme mode de résolution de conflits.

Nous accompagnons les écoles dans l'implantation, la gestion et le maintien de ce programme nommé Projet Pacifique.

De nombreuses études font ressortir que la réussite d'un programme repose sur l'adhésion, l'exposition et l'intégration par le personnel. Il n'est pas facile de développer de façon durable des programmes de promotion et de prévention dans les écoles. Trop souvent, une fois passé l'enthousiasme associé à la découverte d'un nouveau programme, il est abandonné par l'école au bout d'un an ou deux.

Notre programme mène à des changements profonds, permanents et observables. Au fil du temps, nous sommes heureux de constater que les écoles maintiennent le Projet Pacifique. Dans un contexte de mobilité du personnel, notre accompagnement favorise le maintien des acquis, prépare la relève et assure une continuité.

Nous proposons aux écoles une démarche globale, concertée, structurée mais souple, adaptée à la réalité de chaque école. Le programme requiert la cohésion et la concertation du personnel exposant ainsi les élèves à une continuité dans leur apprentissage, ce qui est un facteur associé à la réussite scolaire.

Lors des deux (2) premières années de l'implantation du Projet Pacifique, l'école met sur pied un comité de coordination pour structurer et piloter la démarche et mobiliser l'équipe-école. En plus, de la formation est offerte à tout le personnel afin d'instaurer une vision commune et une constance dans les interventions. Dans la deuxième année du service-conseil, la personne ressource de CAP Santé Outaouais exerce un rôle de supervision pour s'assurer du transfert des apprentissages et préparer le comité à gérer de façon autonome le Projet Pacifique.

Nous invitons les écoles à participer à une démarche de certification. Il s'agit d'un **processus interactif qui permet de faire un suivi sur la qualité de l'application du programme** au fil des années et d'établir des liens de partenariat étroits avec les écoles.

Le processus de certification est entrepris annuellement afin de soutenir les écoles qui respectent les principes fondamentaux du programme tels que **l'universalité, l'intégralité, l'égalité et la continuité.**

La cueillette de données effectuée lors de la certification annuelle donne un portrait d'ensemble du maintien du programme. Par exemple, l'outil de mesure de la continuité rempli par les enseignant-e-s nous donne des rétroactions intéressantes pour **constater les résultats concrets atteints chez les jeunes.**



Annexe 5 – Critères de l’action communautaire autonome

Nous répondons aux huit (8) critères de l’ACA et nous en sommes fiers.

<p>Un organisme à but non lucratif</p> <p>L’organisme est constitué en personne morale à but non lucratif au Québec, situé à Gatineau (secteur Hull). Les activités se déploient à 100% en Outaouais. Le territoire est vaste et l’organisme tente de couvrir les diverses MRC malgré ses ressources humaines limitées (Gatineau, Collines, Papineau, Pontiac, Vallée-de-la-Gatineau).</p>	<p>Enraciné dans la communauté</p> <p>L’actualisation de la mission passe par la cocréation donc il y a constamment de la collaboration avec d’autres organisations partenaires (pas d’emblée du même champ d’action). L’organisme est engagé à différents niveaux dans des activités de la communauté (ex. : présence et organisation d’événements citoyens, accompagnement de milieux).</p> <p>Les membres du CA sont des citoyen.ne.s volontaires et engagés. Les membres adhèrent à la mission. Les membres sont assidus et actifs dans des sous-comités et des dossiers spécifiques ainsi que dans des activités de l’organisme.</p>
<p>Une vie associative et démocratique</p> <p>L’organisme tient une assemblée générale annuelle qui respecte ses règlements généraux et la <i>Loi des compagnies</i> dont la majorité des personnes présentes sont membres.</p> <p>Plus de 50% des membres sont concerné.e.s par la mission et participent aux activités.</p> <p>L’organisme consulte fréquemment ses membres et ses participant.e.s (besoins, évolution des programmes...). Et ça va au-delà de la consultation par son approche de mobilisation et de cocréation.</p>	<p>Libre de déterminer sa mission, ses approches et ses pratiques</p> <p>Lors de la dernière planification stratégique, les membres du CA ont confirmé l’énoncé de mission et il a été présenté aux autres membres lors de l’AGA. L’exercice de planification stratégique a été fait avec les membres du CA et les membres de l’équipe afin de refléter les réalités terrains des milieux rejoinés.</p> <p>Les approches et pratiques sont déterminées par les membres du CA qui représentent l’ensemble des membres (démocratie représentative). Les exercices consultatifs et les réalités observées et nommées par l’équipe sont la base sur lesquelles les décisions sont prises. Elles sont indépendantes des politiques de l’État, des programmes du réseau public et des financements disponibles.</p>



RAPPORT ANNUEL 2021-2022

<p style="text-align: center;">Constitué à l’initiative des gens de la communauté</p> <p>Historiquement, l’organisme était l’association canadienne de la santé mentale – division Hull. La mission était la promotion de la santé mentale mais c’était aussi la démystification de la maladie mentale. Deux (2) sous-groupes se sont créés au sein du CA et cette division des citoyen.ne.s actif.ve.s a amené à prioriser l’une des deux (2) approches : la promotion. C’est en 1991 que l’organisme est devenu le Centre d’Activités Promotionnelles en santé de l’Outaouais.</p> <p>Les mandats de l’organisme sont définis démocratiquement par ses membres et par la collectivité visée. Cela s’effectue par une démocratie représentative exercée par les membres du CA et des exercices consultatifs auprès des participant.e.s.</p>	<p style="text-align: center;">Pratiques citoyennes et approche globale</p> <p>L’organisme offre des activités aux personnes et elles sont parties prenantes de celles-ci par leur implication et la synergie du groupe. Il favorise des espaces de participation basés sur l’entraide et la solidarité ainsi que sur le développement du pouvoir d’agir individuel et collectif pour répondre efficacement aux besoins.</p> <p>L’organisme mobilise les participant.e.s sur des enjeux tels que les environnements pacifiques et sécuritaires, le développement socio-émotionnel des enfants, la reconnaissance des groupes d’entraide bénévoles et le déploiement d’activités de promotion de la santé mentale dans les milieux.</p> <p>L’organisme adopte une approche globale inclusive et sans discrimination dans tous ses programmes. Il prône une accessibilité universelle. Il tient compte de la globalité de la personne, de son environnement, de ses forces et de ses défis.</p>
<p style="text-align: center;">Une mission qui favorise la transformation sociale</p> <p>Par son approche en promotion et par son accompagnement de transformations des milieux, l’organisme agit principalement sur le renforcement des facteurs de protection et les déterminants sociaux de la santé. L’organisme adopte une vision à long terme qui tend vers le changement social.</p> <p>L’organisme travaille avec les décideur.se.s des milieux de vie pour améliorer les conditions de l’environnement de ceux-ci. Et il favorise que les gens se positionnent et s’affirment pour influencer leurs milieux.</p> <p>L’organisme est constamment à l’écoute des participant.e.s et de leurs besoins. Il y a un processus régulier de consultations afin d’adapter les activités en fonction des besoins.</p>	<p style="text-align: center;">Un conseil d’administration indépendant du réseau public</p> <p>L’organisme s’assure que la composition du conseil d’administration est indépendante de quelconque intérêt autre que pour la population visée. Les postes au CA sont comblés par des membres de l’organisme non réservés à d’autres instances.</p> <p>Tous les membres du CA proviennent de la communauté.</p>