



ROCASM-BF

Regroupement des organismes communautaires et alternatifs en santé mentale du Bas du Fleuve



315 avenue Rouleau
Rimouski (Québec)
Tel : 418 943-3019
rocasm_bf@hotmail.com

Table des matières

Historique	2
Mission	4
Principes de base.....	5
Membres du ROCASM-BF et organigramme.....	6
Préambule.....	9
Nombre et nature des activités.....	10
Planification stratégique	16
Contribution au sein de notre communauté.....	20
Médias sociaux.....	21
Remerciements	22

Historique

Le Regroupement des organismes communautaires et alternatifs en santé mentale du Bas-du-Fleuve Inc. **ROCASM-BF** a vu le jour en 1988. À l'époque, la table de concertation regroupait les régions de la Gaspésie, et du Bas-Saint-Laurent. La venue de la Régie régionale et des services sociaux a fait en sorte qu'en 1993, la table s'est séparée en deux : Le ROCASM-GIM et le **ROCASM-BF**.

Aujourd'hui, le regroupement compte huit (8) ressources-membres régulières, dont sept (7) milieux de vie et une (1) maison d'hébergement court terme de crise et de transition. Ces ressources sont réparties sur le grand territoire du Bas-Saint-Laurent, soit de La Pocatière à Matane. De plus, par sa mission de défense des droits, l'organisme PLAIDD-BF est un membre sympathisant. Nous travaillons ensemble sur différents dossiers.

Le milieu de vie est *un lieu d'appartenance et de transition, un réseau d'entraide et d'action*. Ces caractéristiques trouvent leur prolongement dans des activités qui, bien que très diversifiées, peuvent être regroupées ainsi que des services de soutien individuel, de groupe et collectif, des activités éducatives, des actions collectives ainsi que des actions de promotion et de prévention. Ce sont des organismes au service d'une communauté ciblée qui ne rejoignent pas nécessairement que des personnes en difficulté, mais des groupes de personnes ayant des caractéristiques communes. Ces organismes disposent d'un lieu physique pour l'accueil des personnes. Certains interviennent en plus dans le milieu de vie naturel des communautés qu'ils desservent.

Le **ROCASM-BF** est un lieu de concertation, de revendication et d'échanges pour les membres. Nous collaborons avec différents acteurs du milieu.

Mission

Le **Regroupement des organismes communautaires et alternatifs en santé mentale du Bas-du-Fleuve** a pour buts et objectifs de :

- ✚ **Regrouper** en corporation les organismes communautaires et alternatifs du Bas-du-Fleuve et dont la mission unique de ceux-ci est relative à la santé mentale;
- ✚ **Défendre** l'identité, la mission, l'autonomie et l'expertise de ses membres;
- ✚ **Revendiquer** le respect et la reconnaissance des organismes dans leurs pratiques alternatives et leurs financements;
- ✚ **Assurer un soutien** technique au fonctionnement, à l'expertise et aux formations à ses membres;
- ✚ **Avoir une préoccupation** pour recueillir et diffuser l'information aux niveaux provincial, régional et local;
- ✚ **Promouvoir la concertation** entre les membres du **ROCASM-BF** et au besoin avec les autres partenaires œuvrant en santé mentale;
- ✚ **Promouvoir une compréhension globale de la santé mentale** qui tient compte des conditions sociale, économique, politique, familiale, culturelle, psychologique et physiologique;
- ✚ **Être l'interlocuteur privilégié** en matière d'action communautaire autonome en santé mentale, c'est-à-dire le représentant officiel des ressources alternatives en santé mentale du Bas-Saint-Laurent, auprès du Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) du Bas-Saint-Laurent;
- ✚ **Développer et maintenir** des contacts avec d'autres regroupements et organismes existant au Québec;
- ✚ **Se procurer et administrer**, aux fins mentionnées ci-dessus, des fonds, subventions et autres contributions adéquates pour réaliser les objectifs de notre regroupement.

Principes de base

- ✚ **L'accueil de la personne:** L'alternative propose d'accueillir la personne de façon humaine, personnalisée et chaleureuse à travers le respect de l'intégrité, de la dignité et des droits de la personne. Nous travaillons à partir d'une conception globale de la personne, c'est-à-dire qu'au-delà des problèmes qu'elle éprouve, **il y a un être humain avec une histoire** et cela implique que nous ne travaillons pas à partir du diagnostic psychiatrique. Le rapport avec la ressource doit être volontaire;
- ✚ **L'appropriation du pouvoir:** L'alternative encourage **le respect du pouvoir que la personne possède** sur elle-même. En **fonction de son rythme**, nous permettons à la personne de se réapproprier le pouvoir sur elle-même, sur sa situation, sur son environnement, etc. L'une des conditions essentielles est d'informer la personne des possibilités qui s'offrent à elle et de l'encourager à se responsabiliser par rapport à ses choix;
- ✚ **Participation à la vie associative:** L'alternative favorise l'implication de la personne dans sa communauté. Elle encourage la personne à **participer activement à la vie démocratique de la ressource**, à l'appropriation de son statut de citoyen à part entière dans sa communauté;
- ✚ **Les rapports participants-intervenants:** L'alternative travaille à promouvoir des relations égalitaires entre les intervenants et les participants de façon à éviter le plus possible les rapports hiérarchiques, la bureaucratie et les rapports de domination entre les personnes qui fréquentent la ressource et les intervenants. L'alternative **reconnait l'égalité des personnes en tant qu'êtres humains**, mais également le respect d'un code d'éthique **dans un contexte professionnel**;
- ✚ **Les rapports avec les institutions du réseau public:** L'alternative se définit comme **un mouvement social autonome porteur d'un « ailleurs et autrement » en santé mentale**. L'alternative entretient des collaborations et des alliances librement consenties avec des établissements du réseau public;
- ✚ **L'engagement social et politique:** L'alternative se définit comme un mouvement de transformation sociale et politique et non pas uniquement comme un distributeur de services. Par conséquent, cela implique l'obligation d'intervenir politiquement ou dans le développement social de sa communauté;
- ✚ **L'entraide ou les rapports entre participants:** L'alternative favorise le partage d'expériences, l'entraide et la solidarité entre les personnes possédant le même vécu (détresse émotionnelle, souffrance, histoire de psychiatisation, etc.). L'alternative considère que l'expérience de la folie, le vécu de la souffrance, le passage par l'hôpital, etc. constituent des formes de savoir qui peuvent être utiles aux autres.

Membres du ROCASM-BF

Membres réguliers :



**Centre alternatif en santé mentale et sociale
Le Marigot de Matane**

Kathy Paquet, Présidente, MRC de Matane



**Association kamouraskoise en santé mentale
La Traversée**

Éliane D'Anjou, Vice-présidente, MRC du Kamouraska



Source d'Espoir Témis inc.

Gisèle Collin, Secrétaire-trésorière, MRC du Témiscouata



Bouffée d'Air du KRTB (La)

Hélène Chabot, Administratrice, les MRC du KRTB



Maison des Tournesols (La)

Johanne Deschênes, Administratrice, MRC de la Mitis



Périscope des Basques (Le)

Lorraine Michaud, Administratrice, MRC des Basques



Rayon de Partage en santé mentale

Nanny Gaudet, Administratrice, MRC de la Matapédia



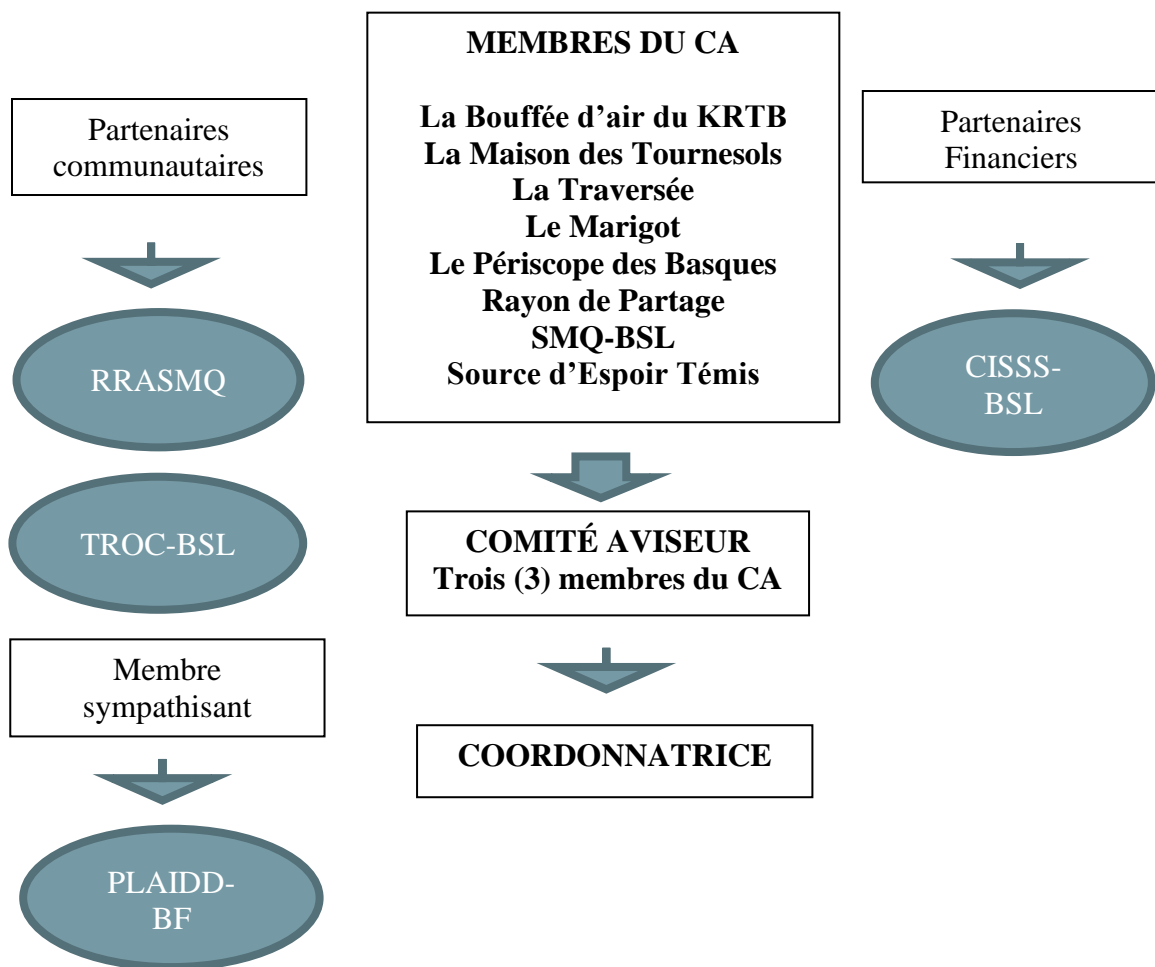
Santé mentale Québec – Bas-Saint-Laurent (SMQ-BSL)

Sonia Cloutier, Administratrice, MRC de Rimouski-Neigette et les MRC du Bas-Saint-Laurent

Membre sympathisant :

Promotion, lutte, aide, intervention, défense, droits - Bas-du-Fleuve
(PLAIDD-BF) des MRC du Bas-Saint-Laurent

ORGANIGRAMME



Préambule

Le ROCASM-BF un regroupement pas comme les autres...

Un regroupement par définition n'est autre chose que la somme de ses membres. Si l'on cumulait les années d'expérience et d'expertise variées des membres du ROCASM-BF, nous pourrions facilement dire que le regroupement aura bientôt **200 ans**.

Le ROCASM-BF est constitué de huit (8) organismes, de huit (8) membres du CA, mais surtout de huit (8) directrices extraordinaires, des personnes de cœur qui sont à la tête d'organismes communautaires et alternatifs en santé mentale.

La Bouffée d'Air du KRTB

« Bravo, bravo, à la gang! On cumule plusieurs années d'expérience les filles! »
Hélène Chabot - Directrice

Le but d'un regroupement est d'être présent dans les bons et moins bons moments; c'est ça la force d'un regroupement! L'année éprouvante que nous venons tous de passer démontre plus que jamais l'utilité et la force du ROCASM-BF. Réaffirmer la solidarité entre tous les organismes membres du ROCASM-BF, de surcroît en tant de COVID, s'est avéré indispensable. Briser l'isolement entre les petites équipes disséminées sur le territoire du Bas-Saint-Laurent et alléger, par l'expertise de leurs pairs, leur quotidien. Ces moments d'entraide entre les organismes sont des moments privilégiés favorisant le partage d'expériences bénéfique à tous nos milieux.

La Maison des Tournesols

« Le ROCASM-BF a été pour moi un endroit de référence et d'information à savoir comment ça se passait dans les autres MRC et organismes lors de cette pandémie. Ce fut très important pour moi, car cela m'a permis de savoir si les décisions que je prenais étaient les bonnes ou non dans toutes ces incertitudes que nous vivions. »

Johanne Deschênes – Directrice générale

Un lieu qui favorise les échanges entre ses membres, le partage d'informations, la cohésion et la collaboration afin qu'ensemble, nous contribuons à une bonne santé mentale pour la population de la région du Bas-Saint-Laurent.

Santé Mentale Québec

« Il est toujours précieux, en temps de tempête, de pouvoir partager et d'échanger sur nos réalités. Ici ou ailleurs, on se rencontre que les besoins sont les mêmes et que de travailler dans le même sens valide nos choix. Il est aussi impressionnant de cumuler toutes les années d'expérience au tour de la table et de trouver ensemble des solutions au mieux-être des gens. Bravo la GANG! »

Sonia Cloutier – Directrice générale adjointe

Nombre et nature des activités

Séances du Conseil d'administration 2020-2021

- 12 novembre 2020 : Conseil d'administration - Départ de la présidente
- 30 novembre 2020 : Conseil d'administration et AGA
- 16 décembre 2020 : Conseil d'administration - Planification stratégique

- 26 janvier 2021 : Conseil d'administration – Comité aviseur
- 22 février 2021 : Conseil d'administration – PSOC

L'automne 2020 a aussi été une période marquée par un remaniement du CA, dans la mesure où, sa directrice, Madame Nathalie Dumais, a quitté son poste de présidente au sein du regroupement.

« À toutes les membres du **ROCASM-BF** et les partenaires,

Ce fut un plaisir pour moi pendant plus de 28 ans d'agir à titre de présidente et/ou de membre de ce beau regroupement qui a à cœur le "ailleurs et autrement", car c'est aussi correct. Nous avons eu l'opportunité de développer de beaux projets ensemble pour le mieux-être de notre communauté et je vous souhaite d'avoir autant de plaisir dans la création de futurs projets.

La personne et son mieux-être doivent demeurer au centre de vos décisions pour briser les préjugés et les tabous. Au sortir de cette pandémie, la population sera plus consciente de leur santé mentale et de sa fragilité, et de nouveaux besoins jailliront sûrement.

Je vous souhaite beaucoup de bienveillance envers la population, mais aussi envers vous, car vous êtes une ressource précieuse. »

*En toute amitié
Nathalie Dumais*

ROCASM-BF et la pandémie - Une épreuve à obstacles

Du sprint à l'ultramarathon, en passant par l'Ironman...

Et désormais, rien n'est plus pareil! Depuis mars 2020, toute la planète lutte contre cet ennemi invisible : le coronavirus (COVID-19).

Au fil des jours, des semaines et des mois, nous prenons tous conscience que la bataille sera longue et que nos chances de gagner cette guerre pandémique reposent sur tout un chacun... Nous réalisons que la victoire sera solidaire, mais que l'arme, elle, est solitaire.... Nous vivons d'espoir de se retrouver et de déception de devoir s'isoler...

Cet isolement exigé par les autorités sanitaires pour contrer ce virus agressif vient, pour plusieurs semaines, mois et années à venir, questionner tous nos gestes quotidiens, autant personnels que professionnels... et nous faire réaliser que notre réalité d'avant est à jamais surannée.

Déjà en mars 2020, fidèles à leur nature de sprinteurs et à leurs capacités à réagir rapidement et efficacement, les membres du **ROCASM-BF** font face à la menace en instaurant des mesures de protection pour leurs membres utilisateurs et leur personnel.

Il n'est pas question pour aucun d'entre eux de cesser de soutenir leurs membres utilisateurs de services et de briser ce lien de confiance mutuel établi pas à pas...

Malgré la stupeur des premiers jours devant la menace de ce virus mortel et d'un monde entier mis sur pause, ils relèvent le défi avec **courage** et **créativité**.

Nos organismes privilégient alors le télétravail pour la majorité de leurs intervenants et leur personnel, leur permettant ainsi de demeurer chez eux pour respecter la consigne de confinement du ministère de la Santé publique du Québec et de répondre, par des suivis téléphoniques, aux besoins des membres utilisateurs fragilisés par l'isolement engendré par cette crise humanitaire. Chacun dans leurs milieux de vie respectifs demeure à l'affût de la santé mentale de leurs membres utilisateurs et de leur communauté. Les **rencontres virtuelles hebdomadaires** du **ROCASM-BF** initiées en mars 2020 sur la plateforme zoom deviennent des **moments d'échanges** incontournables pour les membres du regroupement.

Rayon de Partage en santé mentale

« Pendant la période du COVID, le **ROCASM-BF** a été pour moi une ressource essentielle. Du fait que je pouvais partager, en tant que coordonnatrice, ma réalité avec d'autres milieux de vie a permis de trouver les solutions afin de poursuivre notre mission d'accueil et d'entraide. Après coup, un an plus tard, je réalise à quel point notre esprit d'équipe et d'entraide a fait en sorte que nous avons passé à travers cette période difficile sans trop d'impact sur notre santé mentale en tant qu'individu. Le **ROCASM-BF** est comme notre "PAE" (Programme d'aide aux employés), et plus encore vous comprendrez! »

Nanny Gaudet - Coordonnatrice

Rencontres état de la situation COVID - le tour des régions

- **29 avril 2020 :** **Rencontre – COVID**

Tout le monde va relativement bien – le moral est bon en général,

Les membres du **ROCASM-BF** se créent un **réseau d'entraide** plus unifié que jamais afin de faire **front commun** face à cette nouvelle réalité, faire face aux épreuves et se concerter pour répondre aux multitudes de questions en regard avec la COVID :

Les gens fiévreux seront-ils admis en hébergement ou devront-ils quitter le centre
Quels sont les ajustements à prévoir ? À quand la réouverture ?
Comment va se passer le déconfinement dans les locaux selon l'espace disponible?
Quelle est la quantité de masques jetables nécessaires, les produits désinfectants et avons-nous un budget pour les acheter ? Les membres du **ROCASM-BF** sont proactifs ; ils se munissent de l'équipement de protection nécessaire, et conservent le support téléphonique ainsi que les rencontres personnalisées aux utilisateurs.

- **14 mai 2020 :** **Rencontre – COVID**

En mai 2020, les mesures mises en place par chacun des membres dès le début de la pandémie répondent à leurs attentes dans ces circonstances extraordinaires. Ces mesures adaptées aux contraintes du ministère de la Santé publique du Québec leur permettent, tout de même, de garder un lien avec la communauté qui fréquente, en temps normal, leurs milieux de vie.

Et l'arrivée de l'été apporte l'espoir du déconfinement, et le déconfinement, son lot des questionnements :

Les consignes mentionnent dix (10) personnes... Qui choisir?
Comment se fera la circulation dans l'immeuble/plusieurs organismes dont des personnes en fauteuils roulants et des personnes ayant des déficiences intellectuelles/respect des consignes de distanciation, lavage des mains, etc.
Pourrions-nous faire des rassemblements en automne?
Quelles sont les consignes de la CNESST? Doit-on payer nos employés?
Une ouverture en septembre? A-t-on des Fonds d'urgence afin de rester ouvert pour les appels en été?

Nos organismes membres se rendent compte cependant, comme toute la planète d'ailleurs, que le fil d'arrivée de cette épreuve est encore loin et que le sprint se transforme rapidement en marathon. Chacun d'eux doit trouver la façon d'économiser l'énergie nécessaire pour terminer la course... Le **ROCASM-BF** met en place une page **Facebook privée** afin de faciliter la communication entre les directions des organismes membres, ce qui s'avère essentiel afin de valider les informations reçues de partout, de **s'épauler**, de **se sentir moins seul**...

- **3 juin 2020** : **Rencontre – COVID**

Juin 2020 est enfin arrivé avec sa promesse de soleil et de possibilité de rassemblements extérieurs. Tous croisent les doigts pour que le beau temps freine la progression de la pandémie.

Espoir! Le marathon se poursuit... sans que l'on puisse encore apercevoir le fil d'arrivée...

Tout en étant heureux de pouvoir rencontrer leurs membres utilisateurs à l'extérieur, *en respectant la distanciation*, nos organismes sont **créatifs** et **résilients**. Ils réaménagent constamment faisant suite aux consignes gouvernementales. Contraintes qui varient souvent d'une semaine à l'autre et parfois même d'une journée à l'autre et qui obligent chacun des milieux de vie et centre d'hébergement à s'y conformer.

On constate que le marathon se prolonge...

Mais l'adaptabilité, bien connue des membres du **ROCASM-BF** à réagir et à ne pas se laisser abattre, leur sert de moteur pour poursuivre leur mission auprès des leurs, et ce malgré les vents contraires qui ralentissent leurs élans.

La **confiance** et les **liens** tissés entre les membres du **ROCASM-BF** leur permettent des rencontres informelles afin de partager leurs peurs, leurs craintes, leurs états d'âme... Bref, de se sentir appuyés, compris et de refaire le plein d'énergie pour continuer le combat. Les rencontres, entre autres, ont permis aux membres du regroupement de **rester à la barre** de leur organisation et d'avoir la **motivation** de poursuivre leur mission.

Voilà qui résume assez bien l'état d'esprit de nos organismes membres du **ROCASM-BF**, en ce mois de juin 2020 et qui leur donne un second souffle... avant la 2^e vague...

- **5 octobre 2020** : **Rencontre – COVID**
- **19 octobre 2020** : **Rencontre – COVID**

La course sera encore plus longue qu'espérée. Nous sommes passés, sans même nous en apercevoir, en mode ultramarathon!

Voilà que la 2^e vague fait son entrée. Cette 2^e vague, au contraire des prédictions des scientifiques, ne sera pas moindre que la première. Favorisée par notre utopie de la croire vaincue, la Covid-19 s'est faufilée pernicieusement autour de nous profitant de notre fatigue et de notre désaveu graduel planétaire des consignes sanitaires.

La transition de restreindre à nouveau certains services ou rencontres extérieurs en distanciation se fait plus *simplement* pour les organismes membres du ROCASM-BF :
« **Maintenant on sait qu'ensemble on peut!** »

Persévérant et courageux, aucun des organismes du ROCASM-BF ne songe, même un instant, à abandonner leurs accompagnements auprès de leurs membres utilisateurs dans cette compétition sans fin...

Personne n'aurait pu prédire qu'au lieu de participer à un sprint, à un marathon et même à un ultramarathon, nous vivrions un Ironman où l'expertise de tous est mise en doute par l'arrivée de *variants* plus contagieux que le virus lui-même.

Fortifiés par leur solidarité mutuelle et leur générosité à poursuivre leur mission auprès de leurs membres utilisateurs et la communauté. Malgré le roulement de personnel dû aux offres salariales plus alléchantes ailleurs faute d'avoir le budget nécessaire pour rémunérer les intervenants adéquatement, le changement de gouvernance du CA (départ de la présidente du ROCASM-BF, Madame Nathalie Dumais), les enjeux technologiques, la difficulté d'avoir le matériel de protection requis, la demande croissante de nouveaux utilisateurs en détresse et bien sûr, le soutien indispensable aux utilisateurs réguliers; les organismes membres du ROCASM-BF s'engagent à surmonter tous les obstacles, en déployant encore plus d'effort et d'énergie, et à vivre **ensemble** la fin tant espérée de cette pandémie.

Source d'Espoir Témis

« L'année 2020-21 fût une année empreinte d'ajustement continu pour tout le monde autant personnellement que professionnellement. Pour un organisme communautaire alternatif être dans la communauté sans y être vraiment amène de grands défis. La proximité avec les gens, les rapports humains si importants pour maintenir l'équilibre et bien sûr la démocratie que l'on prône doivent se vivre différemment.

Au ROCASM-BF, le partage de nos réalités a fait une grande différence pour Source D'Espoir. Les rencontres régulières et les partages entre les directrices dans une énergie de support et de bienveillance furent particulièrement aidante.

Les décisions audacieuses prises cette année d'orienter le ROCASM-BF vers une planification stratégique et l'embauche d'une coordonnatrice à temps plein placent l'organisme dans une situation d'ouverture et de désir d'amélioration.

J'ai côtoyé (par zoom) bien sûr, des gens engagés et motivés à redonner au ROCASM-BF une énergie nouvelle porteuse d'un bel avenir de développement.

C'est dans cet esprit que je nous souhaite de continuer à avancer. »

Gisèle Collin - Coordonnatrice

La Traversée

« L'année 2020-2021 fut une année de bouleversement et d'ajustement au quotidien. Ce fut une période où l'esprit d'équipe et l'entraide ont pris tout leur sens. L'isolement et l'obligation à maintenir une proximité physique nous ont permis de nous rapprocher davantage. Sans le ROCASM, notre quotidien aurait été beaucoup plus ardu. Je suis reconnaissante pour tout le soutien et la bienveillance que les membres du ROCASM m'ont apporté. Merci, longue vie au regroupement! »

Éliane - Directrice

Formation « Mieux vivre avec les voix »

- 1-2 et 3 décembre 2020, de 9 h à 12 h

Le ROCASM-BF a organisé, en collaboration avec Le Pavois, une formation « Mieux vivre avec les voix », dix-sept (17) intervenantes et directrices des organismes membres y ont assisté :

Buts de la formation : Acquérir des connaissances et des habiletés portant sur le phénomène des voix favorisant la capacité d'accueillir et d'appuyer les entendeurs de voix dans leur reprise de pouvoir en relation à leurs voix et leur vie.

Objectifs de la formation : Explorer le phénomène de voix et découvrir le processus d'adaptation aux voix.

- 1 décembre 2020 : Bloc 1 : Phénoménologie des voix
- 2 décembre 2020 : Bloc 2 : L'intervention
- 3 décembre 2020 : Bloc 3 : Le Groupe

Rayon de Partage en santé mentale

« Cette formation est essentielle pour redonner la voix aux gens, cela m'a permis d'apprendre davantage sur les façons de les aider à s'exprimer sur ce qu'ils vivent. J'ai aussi pris conscience de mes propres barrières face à leur moi intérieur. »

Micheline - Intervenante

Rencontre préparatoire PAISM

- 10 mars 2021 : Rencontre préparatoire en prévision du WORLD CAFÉ du 16 mars 2021 (PAISM), invitée Anne-Marie Boucher, RRASMQ

Planification stratégique

Prendre un pas de recul, pour mieux avancer...

Malgré les embûches et épreuves de cette année, les membres du ROCASM-BF ont tout de même eu l'énergie d'entamer un processus de planification stratégique afin d'être un regroupement plus fort et plus dynamique que jamais.

Quelle est la situation actuelle du regroupement? Qu'est-ce qui la sépare de la situation souhaitée? Comment fait-on pour maximiser son efficacité?

Une planification stratégique permet d'élaborer un plan stratégique, d'aligner la gouvernance sur une **vision commune** et d'**approfondir la mission** du regroupement afin de savoir où le regroupement se situe, et où il veut aller.

Au terme cette démarche, le ROCASM-BF sera en mesure d'avoir un plan d'action concret, atteignable et mesurable. Avec un plan d'action tangible en main, le regroupement pourra être en mesure d'être proactif, de mieux outiller, soutenir, représenter et promouvoir les organismes communautaires et alternatifs en santé mentale du bas du fleuve afin de faire rayonner la santé mentale dans son ensemble; un exercice crucial pour tout regroupement désireux de progresser dans le respect de sa vision et de ses valeurs; pour avoir une vision claire de l'avenir du ROCASM-BF.

L'embauche de Madame Francine Dionne, en tant que consultante

Une consultante, Madame Francine Dionne, a été embauchée en date du 8 octobre 2020 et son mandat se poursuivra sur une partie de l'année 2021, avec un statut de contractuelle.

Le mandat de Madame Dionne consiste à accompagner le ROCASM-BF, son conseil d'administration et sa coordonnatrice dans la réalisation de son exercice de planification stratégique 2021 – 2024.

Consultante et coach professionnelle certifiée, Madame Francine Dionne, est fondatrice de son entreprise « Gestion en organisation » qui est le fruit de plus de vingt (20) ans de pratique dans le domaine du développement et de l'optimisation du potentiel humain nécessaire à l'atteinte du mieux-être et du mieux-faire personnels, professionnels et organisationnels dont les organisations et les entreprises ont besoin.

Le ROCASM-BF a d'abord pris la décision de pourvoir le poste de coordination. Il entreprend une démarche de planification stratégique voulant s'assurer des orientations à prendre dans le contexte actuel étant le levier majeur dans l'intervention auprès des personnes touchées par la santé mentale au Bas-Saint-Laurent à travers ses organismes membres.

L'exercice de planification stratégique s'avère la démarche appropriée pour permettre de faire le bilan des principales forces et faiblesses du ROCASM-BF, de définir les opportunités et les menaces, de définir les orientations et d'établir des objectifs stratégiques pour en définir les principales actions (FFOM).

« L'accompagnement du ROCASM-BF s'inscrit dans un contexte particulier pour cette organisation qui nécessitait une réflexion stratégique sur sa vision, mission, valeurs et orientations. L'ouverture, l'expertise et la détermination des membres du ROCASM-BF ont contribué à l'atteinte des résultats escomptés. Bravo à vous toutes et quelle grande fierté découle de cet accompagnement! Merci! »

Francine Dionne - Consultante

L'embauche de Madame Josée Hébert, en tant que coordonnatrice

Une coordonnatrice, Madame Josée Hébert, a été embauchée en date du 1^{er} février 2021, avec un statut de permanente, à raison de trente-deux (32) heures semaine.

Sous l'autorité de Conseil d'administration et en fonction des mandats émis par ce dernier, la coordonnatrice est responsable de la planification, de la supervision, du contrôle, de l'évaluation des programmes et des activités de l'organisme et de la gestion des ressources humaines et financières. Elle voit à l'exécution des décisions du Conseil d'administration du ROCASM-BF et doit en rendre compte à celui-ci.

Des rencontres presque quotidiennes entre la coordonnatrice, Madame Josée Hébert, et Madame Monic Delorme ont eu lieu afin d'effectuer le transfert des connaissances.

La création d'un Comité aviseur du ROCASM-BF

Les rencontres avec la consultante et l'embauche d'une coordonnatrice ont fait naître le Comité aviseur du ROCASM-BF. Un comité aviseur est un comité permanent composé de trois (3) membres du conseil d'administration en alternance dans le but d'aider la personne à la coordination dans la réalisation de ses fonctions, de prendre des décisions entre les réunions du conseil sur la gestion courante, interne et présentant un certain degré d'urgence, conformément aux orientations et aux demandes de ce dernier.

Le Comité aviseur à l'aide de la consultante en planification stratégique ont établies la liste de rôles et des responsabilités de celui-ci :

Le Comité aviseur collabore à l'élaboration des orientations stratégiques de l'organisation avec le conseil d'administration et la coordination, il a établi le mandat de la coordonnatrice et en effectue le suivi. De plus, le Comité aviseur encadre la coordination afin d'assurer la liaison, la représentation et le positionnement auprès d'instances locales, régionales et provinciales ainsi que la promotion des positions, des

valeurs du ROCASM-BF, afin de faire valoir les intérêts de la santé mentale des personnes auprès d'instances locales et régionales.

Le Comité aviseur s'est aussi muni de procédures opérationnelles :

Le comité se réunit au minimum une fois par mois ou plus au besoin. Le mandat du comité est d'une durée d'un an, pour deux (2) des membres. Le troisième membre assura la liaison avec les deux (2) nouveaux membres. Les membres du comité se partagent les responsabilités et tâches, et à chaque réunion du conseil d'administration, un point sur le Comité aviseur est à l'ordre du jour pour faire un compte-rendu.

Rencontres du Conseil d'administration avec la consultante

- 29 octobre 2020 : Démarche de réflexion stratégique sur la vision du regroupement avec les membres du ROCASM-BF
- 19 janvier 2021 et 28 janvier 2021 :

Rencontres des membres du Comité aviseur pour préparer l'élaboration du rôle et des responsabilités du Comité aviseur, déterminer son mode de fonctionnement avec et la coordonnatrice, préparer son accueil et son intégration au sein de l'organisation et de ses membres.

Rencontres du Conseil d'administration, consultante et coordonnatrice

- 18 février 2021 : Cueillette d'informations
- 25 février 2021 : Cueillette d'informations
- 1 mars 2021 : Préparation des questionnaires pour recueillir des informations sur le regroupement auprès de la gouvernance, des intervenants et des utilisateurs
- 24 mars 2021 : Préparation de la prochaine rencontre
- 25 mars 2021 : État de la situation et réponses des questionnaires
- 31 mars 2021 : Forces, faiblesses, opportunités et menaces (FFMO) et enjeux

D'autres rencontres sont prévues en 2021 afin de poursuivre la démarche de la planification stratégique. Un plan d'actions concret sur une période de trois (3) ans finalisera cet exercice.

Rencontres du Comité aviseur avec la coordonnatrice

Le Comité aviseur a participé à des rencontres avec la coordonnatrice, d'une durée approximative de deux (2) heures :

- 4 février 2021 : Mot de bienvenue et présentation de la grille d'évaluation
- 11 février 2021 : Santé et sécurité de la coordonnatrice et équipements requis
- 4 mars 2021 : Planification stratégique- Préparations des questionnaires
- 10 mars 2021 : Suivi sur la grille d'évaluation et questions diverses
- 24 mars 2021 : Suivi sur la grille d'évaluation et comptabilité

En dehors des séances du CA, les membres s'impliquent activement et quotidiennement dans les projets du ROCASM-BF. Cette implication se traduit par un soutien à la coordonnatrice du ROCASM-BF, un suivi quotidien des dossiers et une contribution considérable aux projets en cours. Cette **collaboration** indéfectible entre les membres facilite grandement l'élaboration et la réalisation des projets au ROCASM-BF; elle est le pilier même de la vitalité de l'organisme!

Contribution au sein de notre communauté

L'implication active du ROCASM-BF s'est traduite par une présence aux différentes activités régionales et provinciales, de la TROC-BSL et du RRASMQ. La participation du ROCASM-BF s'est orientée principalement vers le rehaussement du financement des organismes communautaires. À travers cet enjeu, le ROCASM-BF considère l'importance de valoriser le champ de compétence de chaque organisme et la reconnaissance financière du travail effectué par ces derniers.

Grâce à l'implication de ses membres qui siègent à des comités locaux, régionaux et nationaux, le ROCASM-BF est constamment doté de nouvelles informations et d'une meilleure compréhension des différents enjeux.

Le ROCASM-BF fait circuler l'information sur un spectre plus large à travers le développement continu de partenariats dans le but de faire avancer les dossiers en santé mentale. Le ROCASM-BF s'implique à la Table des Comparses. Il participe aussi au comité recherche du RRASMQ pour l'avancement des connaissances en santé mentale.

Engagement dans le milieu de concertation

- Participation aux rencontres des Comparses
- Participation aux actions de mobilisation de la TROC-BSL contre l'austérité
- Participation aux actions du RRASMQ
- Participation au comité recherche du RRASMQ
- Table santé mentale Est
- Table d'arrimage et de prévention en santé mentale Est/Ouest
- Table d'arrimage et de prévention en toxicomanie Est
- Table régionale stratégique de concertation intersectorielle en santé mentale

Réponses aux besoins du milieu

- Soutien et accompagnement des responsables membres du ROCASM-BF
- Formation /Ressourcement aux équipes membres du regroupement
- Partage de notre expertise alternative avec nos partenaires et la communauté
- Site Internet et médias sociaux
- Circulation de pétitions et appuis à différents milieux
- Recherche en santé mentale
- Rédaction d'article sur l'alternative

Médias sociaux

Facebook

Le [Regroupement des organismes communautaires et alternatifs en santé mentale du Bas-du-Fleuve](#) souhaite poursuivre cette démarche de sensibilisation et d'information en utilisant tous les outils et plateformes de diffusion pour rejoindre le plus grand nombre de personnes et ainsi, contribuer concrètement au mieux-être de la communauté du Bas-Saint-Laurent et même au-delà.

Dans le but avoué de démystifier la santé mentale et son approche alternative, de partager le travail colossal de chacun de ses membres et son impact dans la communauté, le [ROCASM-BF](#) a choisi comme objectif 2020-2021 d'être présent sur les réseaux sociaux, le [ROCASM-BF](#) pourra ainsi rejoindre davantage, la population d'ici et d'ailleurs.

Site Web

Le Site Web du [ROCASM-BF](#), pour sa part, confirme également cet intérêt des internautes à s'informer et à prendre soin de sa santé mentale autant que de sa santé physique. Les visiteurs veulent connaître les alternatives qui s'offrent à eux et choisir consciemment la ou les pistes à suivre pour améliorer leur qualité de vie, de manière responsable. <http://santementalebsl.org/>



Les médias sociaux s'avèrent être dorénavant des incontournables pour diffuser et faire connaître et reconnaître l'importance de prendre soin de sa santé mentale autant que de sa santé physique.

Remerciements

Le ROCASM-BF tient à remercier Madame Nathalie Dumais et Madame Monic Delorme pour leurs années d'implication active en tant que présidente et coordonnatrice, au sein du ROCASM-BF.

Merci!

« Plus de quatre années en tant que coordonnatrice du ROCASM-BF !

Je me souviens des premières fois où j'ai dû me présenter lors d'un tour de table d'une rencontre regroupant mes homologues du communautaire : « Monic Delorme, coordonnatrice du Regroupement des organismes communautaires et alternatifs en santé mentale du Bas-du-Fleuve... »

Ouf ! C'est un titre sans fin et de le prononcer devant un auditoire d'un trait, sans bafouiller et d'une voix assurée est un exploit! Mais, avouons-le, les personnes présentes avaient déjà cessé de m'écouter après le mot « communautaires » ... Ensuite j'ai opté pour l'acronyme, plus court, mais... très peu significatif pour les non-initiés. Et que dire des silences interrogateurs des agents gouvernementaux quand je leur donnais verbalement l'adresse courriel de notre regroupement !

J'ai vite compris cependant que ce nom très long n'est que le reflet des nombreux mandats des organismes qui le composent. Être un organisme communautaire est déjà une mission d'envergure, mais quand on y ajoute les mots : alternatif et santé mentale, voilà que l'engagement social est décuplé.

J'ai eu le privilège, pendant ces années, de rencontrer des personnes de qualité qui n'ont jamais cessé de croire au mieux-être de leur communauté. J'ai eu la chance de partager mon quotidien avec des femmes plus grandes que nature dont l'énergie, le courage devant l'adversité et leur ingéniosité pour contrer toutes les tempêtes m'ont impressionnée constamment et à tout jamais.

Mesdames du Regroupement des organismes communautaires et alternatifs en santé mentale du Bas-du-Fleuve, ce fut un honneur de travailler avec vous! »

Monic Delorme

Adopté au CA du 3 juin 2021- résolution 0621-2
Adopté à l'AGA du 23 novembre 2021 – résolution 1121-1

SIGNATURES :



Vice-présidente



Secrétaire-trésorière