

LA RESCOUSSE AMICALE

Groupe d'entraide alternatif
en santé mentale



RAPPORT D'ACTIVITÉS → 2025/2026

(450) 834-3151
info@rescousseamicale.ca
www.rescousseamicale.ca



TABLE DES MATIÈRES

Table des matières	3
Lexique	4
Les 8 critères de L'ACA	5
Sceaux de l'action communautaire autonome	6
Mot du président	7
Mot de l'équipe de travail	8
Introduction	9
Mission	10
Rapport d'administration	11
Assemblée générale annuelle	11
Conseil d'administration	12
Délégation des membres du conseil d'administration	13
Membres de la Rescousse Amicale	14
Accessibilité	15-16
Financement	17
Promotion	18
Équipe de travail	19
Interventions	20
Délégation de l'équipe de travail	21
Rapport et suivi des priorités	22-23-24
Implication	25
Transport / Accompagnement	26
Activité animée par les membres	27
Comité	28
Accueil et Maison	29
Rapport d'activités	30
Présences en général par mois	30
Participation par type d'activité	31
Les types d'activités	32
Activités d'éducation populaire	33-34
Activités de relation d'aide	35
Activités de loisirs	36
Activités / repas communautaires	37
Sorties	38
Activité grand public	39
Vie communautaire	40
Remerciements	41
Nouveautés 2025-2026	42
Nos rénovations	43-44
Messages des membres	45
Notre année en images	46-47-48



LEXIQUE

ACA:	Action communautaire autonome
AGA:	Assemblée générale annuelle
AGIDD-SMQ:	Association des groupes d'intervention en défense de droits en santé mentale du Québec
CISSSL:	Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière
C.A:	Conseil d'administration
CLE:	Centre local d'emploi
CHSLD:	Centre d'hébergement et de soins de longues durées
CLSC:	Centre local de services communautaires
CRFL:	Centre régional de formation de Lanaudière
MEPAL:	Mouvement d'éducation populaire autonome de Lanaudière
MESS:	Ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale
MSSS:	Ministère de la Santé et des Services sociaux
OBNL:	Organisme à but non lucratif
OCASSS:	Organisme communautaire autonome en santé et service sociaux
PSOC:	Programme de soutien aux organismes communautaires
ROCASML:	Regroupement des organismes communautaires alternatifs en santé mentale de Lanaudière
RRASMQ:	Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec
SVACA:	Semaine visibilité action communautaire autonome
TROCL:	Table régionale des organismes communautaires de Lanaudière.



LES HUIT (8) CRITÈRES DE L'ACTION COMMUNAUTAIRE AUTONOME

- 1 Être un organisme à but non-lucratif.
- 2 Être enraciné dans la communauté.
- 3 Entretenir une vie associative et démocratique.
- 4 Être libre de déterminer sa mission, ses approches, ses politiques et orientations.
- 5 Avoir été constitué à l'initiative des gens de la communauté.
- 6 Poursuivre une mission sociale propre à l'organisme qui favorise la transformation sociale.
- 7 Faire preuve de pratiques citoyennes.
- 8 Être dirigé par un conseil d'administration indépendant du réseau public.



SCEAUX DE L'ACTION COMMUNAUTAIRE AUTONOME



Notre organisme répond aux besoins de la communauté visée par sa mission. Il participe à des luttes visant des changements à caractère politique ou conduisant à une plus grande justice sociale et au respect des droits.



Notre organisme est reconnu dans sa communauté et il a des liens avec d'autres organismes ou partenaires. Notre CA représente bien la communauté visée par notre mission.



Notre organisme encourage l'engagement de ses membres et favorise leur participation dans la vie de l'organisme. Nos membres sont consultés, nous avons un conseil d'administration actif et une assemblée générale annuelle vivante!



Notre organisme contribue, de manière non partisane, aux débats sociaux et mène des luttes pour améliorer les conditions de vie des personnes les plus démunies. Il aide les gens à se mettre ensemble pour faire respecter leurs droits et combattre les discriminations qui s'exercent contre eux.



Notre organisme met à contribution les expériences et compétences de chacun et permet des prises de conscience individuelle et collective. L'éducation populaire autonome permet d'agir ensemble dans le but de faire changer les choses.



Notre organisme priorise le financement à la mission globale afin d'actualiser sa mission en cohérence et en concordance avec les huit critères de l'action communautaire autonome. Ce mode de financement est le meilleur afin de permettre l'atteinte de nos objectifs et de notre mission.



Notre organisme fait de la prévention en misant sur l'intégration sociale, le renforcement du potentiel des individus, la solidarisation des collectivités et l'amélioration de la qualité de vie des citoyens et des citoyennes.



Notre organisme adhère aux revendications communes du mouvement d'action communautaire autonome lanauchois et québécois notamment pour un meilleur financement à la mission des OCA, le respect de la politique gouvernementale sur l'action communautaire et une meilleure justice sociale.



Notre organisme a des approches qui font appel à l'initiative des personnes qui participent à ses activités. Il agit sur l'ensemble des causes qui sont à la base de la situation des personnes auprès desquelles l'organisme intervient.

LE MOT DU PRÉSIDENT



Bonjour à tous,

Nous sommes ici aujourd'hui pour souligner l'ensemble du travail accompli en 2025-2026. D'entrée de jeu, je tiens à vous exprimer ma profonde reconnaissance pour le bel engagement dont tout le monde a fait preuve cette année.

Aux membres du conseil d'administration, je tiens à vous féliciter pour votre assiduité et votre dévouement lors des rencontres. Cela démontre que vous avez l'organisme à cœur et que sa réussite est importante pour vous.

La gestion de l'organisme a aussi été assurée avec une grande rigueur par Timothé. Au-delà de son travail rigoureux dans la gestion des affaires courantes, sa patience, sa présence constante et son professionnalisme lors des rencontres du conseil d'administration ont grandement facilité notre travail.

Je tiens également à souligner l'implication de Raymond, Gilles, Karl, Catherine, Sylvain et Éric. La souplesse, la ponctualité et la disponibilité de nos transporteurs bénévoles ont été déterminantes pour le bon déroulement de nos activités. Sans eux, il aurait été extrêmement difficile de faire vivre l'organisme.

Je suis aussi fier de constater que nos projets de rénovations se sont bien déroulés. Le fait d'avoir géré le budget de façon serrée nous a permis d'en faire encore plus que ce que l'on avait prévu. Je parle ici de la rénovation de la cuisine et de la salle de bain, ainsi que l'aménagement d'un nouveau bureau au sous-sol. Cette réussite n'aurait pas été possible sans l'implication de Timothé et de Jean-François, qui ont consacré un temps considérable à la démolition de la salle de bain et de la cuisine, ainsi qu'à la peinture de l'ensemble des nouvelles pièces aménagées.

Claudie, Jean-François et Lucie. Votre travail a grandement été apprécié.

Claudie, tu as réalisé un magnifique travail de promotion auprès de nos partenaires en donnant à l'organisme une visibilité nouvelle et rafraîchie.

Jean-François, ta créativité à élaborer des activités rassembleuses les vendredis et tes initiatives culinaires ont su renforcer les liens entre les membres tout en répondant à un besoin essentiel.

Lucie, tu as toujours été là pour porter main-forte au moment opportun et tu as été une belle source de réconfort pour les 4 mois que tu as passé avec nous.

Enfin, bien que son beau sourire nous ait manqué lors de l'année 2025-2026, nous sommes heureux de pouvoir retrouver Carolynne pour la prochaine année.

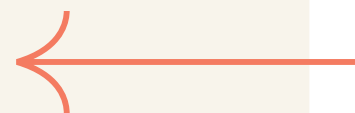
Pour finir, j'invite tout le monde à parler de l'organisme et des bienfaits qu'elle apporte à leur entourage. Pour moi, c'est quelque chose de facile à faire, parce que je crois en la Rescousse Amicale et les valeurs qu'elle véhicule. C'est un honneur de vous représenter sur le conseil d'administration et à l'extérieur de l'organisme si nécessaire. Comme président du c.a, je me sens utile et c'est très valorisant pour moi. Je souhaite pouvoir continuer à jouer ce rôle pour vous encore très longtemps.

Merci et bonne assemblée !



Richard Chenel
Président du conseil d'administration
de la Rescousse Amicale

MOT DE L'ÉQUIPE DE TRAVAIL



Bonjour à tous !

Nous sommes très heureux de vous accueillir aujourd'hui à notre Assemblée Générale Annuelle 2026. Cette rencontre est l'occasion parfaite pour faire une rétrospective de la dernière année et d'aborder les défis futurs avec vous. Votre présence à l'assemblée générale nous montre à quel point la Rescousse Amicale vous tient à coeur et qu'elle représente plus qu'un simple endroit pour venir prendre un café. Cela nous touche beaucoup et c'est pourquoi, nous sommes heureux de pouvoir contribuer à l'évolution de ce bel organisme.

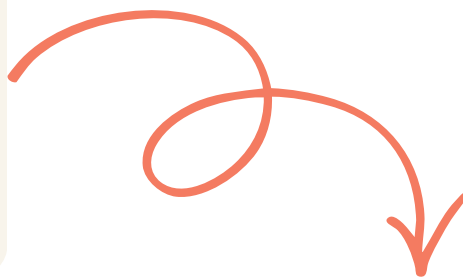
Nous vous remercions pour votre implication tout au long de l'année et espérons que cette assemblée sera enrichissante et inspirante pour nous tous.

Merci d'être parmi nous aujourd'hui et bonne A.G.A. !



← Sur cette photo (de gauche à droite) :
Lucie Mireault,
Claudie Lambert,
Jean-François
Lemoine, Timothé
Lavallée et Carolyne
Bonneau.

INTRODUCTION



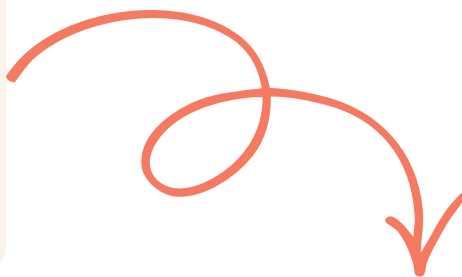
Ce document est le rapport officiel des activités encourues par la Rescousse Amicale pour l'année financière débutant le 1er avril 2025 et se terminant le 31 mars 2026. Nous tenons à souligner que les informations réunies sont une somme partielle du travail effectué pendant l'année, puisque nos ressources humaines et financières ne permettent pas la cueillette d'information démontrant tout le travail accompli. Cependant, rappelons que des efforts en ce sens sont largement déployés par toutes les personnes impliquées dans la ressource. Les personnes qui vivent ou qui ont vécu des problèmes de santé mentale démontrent encore la volonté de développer un lieu d'aide et d'entraide pour la population de St-Donat, Notre-Dame-de-la-Merci, Entrelacs, Chertsey, St-Côme, Ste-Émélie-de-l'énergie, St-Alphonse-Rodriguez, Ste-Béatrix, Ste-Mareline-de-Kildare, St-Félix-de-Valois, St-Jean-de-Matha, St-Damien et Rawdon.



Nous continuons de développer des approches alternatives adaptées aux besoins des personnes qui fréquentent notre ressource. Cela se traduit par des sessions de formation, des débats, des ateliers, des animations de groupes de travail ou de discussions, mais aussi, par un endroit accueillant et exempt de jugement. Notre structure de travail fait appel à l'initiative des personnes qui participent à nos activités. Nous demeurons un espace démocratique qui permet aux personnes de vivre une réelle participation citoyenne en s'impliquant dans les divers comités décisionnels, en devenant membre de conseil d'administration et en participant à l'assemblée générale annuelle.

Nous tenons à prendre le temps de remercier toutes personnes impliquées à La Rescousse Amicale. Ces acteurs essentiels contribuent sans relâche pour améliorer notre beau milieu de vie grâce à leur engagement et à leur dévouement. Grâce à eux, des changements positifs prennent racine dans notre communauté. Qu'il s'agisse de promouvoir l'égalité, de lutter contre l'injustice ou de renforcer la cohésion sociale, chaque personne contribue au meilleur de leurs capacités pour avancer vers un environnement plus équitable et inclusif.

RAPPEL DE LA MISSION



La rescousse amicale existe depuis 1986 et est une ressource alternative et autonome en santé mentale. Nous regroupons des personnes vivant ou ayant vécu des problèmes de santé mentale ou de détresse émotionnelle pour développer l'entraide et apporter le maximum de support possible. Pour nous, les problèmes de santé mentale ne sont pas une maladie, mais plutôt un mal de vivre, une détresse émotionnelle, et les personnes qui en souffrent ne sont pas des cas ou des patients, mais des personnes à part entière.

Nous accueillons les personnes telles qu'elles sont, dans un rapport égalitaire, avec leur vécu, leurs forces et leurs faiblesses. Notre approche est globale, ce qui signifie que la personne n'est pas un diagnostic. Nous tenons compte de son histoire, de son environnement, de ses ressources, de sa situation économique, sociale, culturelle et politique et des liens qu'elle entretient avec son entourage.

Nous respectons sa personnalité, sa façon de vivre. Nous encourageons les personnes à reprendre le pouvoir sur leur vie et à faire de véritables choix. Nous les écoutons et nous les accompagnons dans les démarches qu'elles choisissent d'entreprendre.

Nous avons également le mandat d'informer et de sensibiliser la population au sujet des programmes, des activités, des droits et des ressources alternatives en santé mentale.

Nos membres sont toutes personnes de 18 ans et plus, vivant ou ayant vécu des problèmes de santé mentale ou de détresse émotionnelle et désirant améliorer son autonomie et sa qualité de vie.





**LA RESCOUSSE
AMICALE**

Groupe d'entraide alternatif
en santé mentale

Rapport d'administration 2025-2026

Assemblée générale annuelle

L'assemblée générale annuelle s'est tenue le 4 juin 2025 et 25 personnes y ont participé, dont 18 membres votants, 3 membres du personnel et 4 invitées. Quelle belle participation !



CONSEIL D'ADMINISTRATION

→ 2025-2026

Le conseil d'administration a tenu 7 rencontres régulières et 1 rencontre téléphoniques. Durant leur mandat, les administrateurs ont travaillé à une saine administration des finances et à l'organisation générale de la ressource.

L'implication des membres du conseil d'administration est cruciale pour le succès et la gestion efficace de la Rescousse Amicale. Ces membres jouent un rôle clé dans la supervision du fonctionnement de l'organisme. Leur engagement actif assure une prise de décision éclairée et responsable, tout en garantissant que l'organisme respecte ses valeurs fondamentales.

Il est à noter que les personnes siégeant au conseil d'administration sont toutes des membres actifs de la Rescousse Amicale, soit des personnes vivant ou ayant vécu des difficultés de santé mentale au courant de leur vie.



Richard Chenel
Président



Marie-Hélène Castonguay
Vice-présidente



Jean-François Lanthier
Secrétaire/trésorier



Élisa Dupré
Administratrice



Denis Dupuis
Administrateur



Raymond Lajoie
Administrateur



Éric King
Administrateur

Délégations, représentations et concertations des membres du conseil d'administration

Ils ont participé à :



- L'animation d'un kiosque au Salon des aînés au Collège Champagneur à Rawdon
- La manifestation du Commauntaire à Boutte devant le bureau de François Legault
- La journée de l'alternative en santé mentale le 10 du 10
- Révision des politiques internes avec une organisatrice communautaire

Membres de la Rescousse Amicale

Pour devenir membre de la Rescousse Amicale, il suffit de passer le seuil de la porte et de venir à notre rencontre. Pour nous assurer de bien répondre au besoin de la personne vivant ou ayant vécu un problème de santé mentale, nous l'invitons à une «Séance d'accueil». Le but de la séance d'accueil est d'amener la personne à exprimer ses raisons de vouloir fréquenter l'organisme et ses besoins. L'intervenant(e) l'informe de la structure organisationnelle, des activités et la présente aux autres membres. Nous offrons aussi la possibilité aux gens d'effectuer leur «Séance d'accueil» par téléphone ou en visioconférence. Cette formule convient bien aux personnes de 18 à 40 ans et peut aussi permettre aux gens n'ayant pas de moyen de transport d'obtenir des réponses à leurs questionnements sans avoir à se déplacer.

Nous ne voulons pas hiérarchiser le membrariat et c'est pourquoi nous n'avons pas de catégorie bénévole dans nos règlements généraux. Nous avons des membres qui font de l'implication citoyenne, plus précisément au niveau des transports et du conseil d'administration. Cette année, 809 heures furent consacrées à ce type d'implication. Chaque membre peut à la fois participer et contribuer au bon fonctionnement de l'organisme comme le ferait un "bénévole", tout en profitant des bienfaits que procure celui-ci.

Aussi, nous avons accueilli une vingtaine de jeunes de 18 à 35 ans en situation d'itinérance au courant de l'année. Ces jeunes fréquentaient aussi pour la plupart l'organisme Chaumière jeunesse et nous leur ouvrons nos portes pour leur offrir un lieu où se rassembler.

69

MEMBRES
AU TOTAL

11

MEMBRES EFFECTUANT
DE L'IMPLICATION
CITOYENNE

16

RENCONTRES
D'ACCUEIL

3

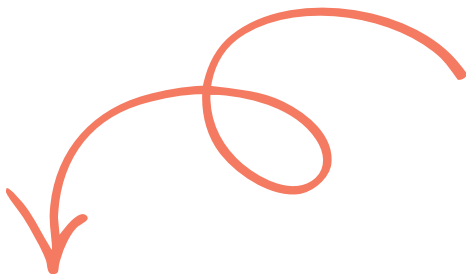
MEMBRES
SYMPATHISANTS

1778

NOMBRE TOTAL
DE VISITES

Fait intéressant : 15
des 16 personnes
présentes à la
rencontre d'accueil
ont finalement décidé
de devenir membres !





Accessibilité



Facebook

420
abonnés

69
abonnés de + que
l'année passée



TikTok

180
mentions «Jaime»

Moyenne de
396 visionnements
par vidéo



Instagram

45
abonnés

13
abonnés de + que
l'année passée



Site web

7807
visites sur notre site web du
1er avril 2025 au 31 mars
2026

Ouvert du lundi au vendredi

...

9h00 à 16h00

...

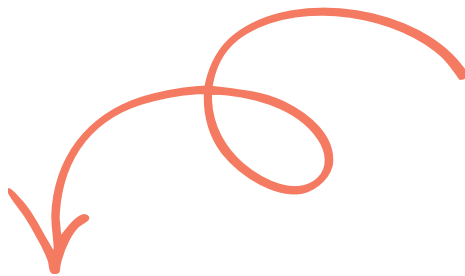
52 semaines par année

...

info@rescousseamicale.ca

4 5 0 - 8 3 4 - 3 1 5 1
4 5 0 - 4 0 5 - 9 2 3 6





Accessibilité

Notre organisme est visible sur les sites internet suivants;

ROCASML



TROCL



RRASMQ



AGIDD-SMQ



MUNICIPALITÉ DE
RAWDON



LE SERVICE DE CRISE



PLEINS DROITS DE
LANAUDIÈRE



LE RÉPERTOIRE
LANAUDIÈRE



LE SITE DU DÉPUTÉ
GABRIEL STE-MARIE



ORGANISME BIENVEILLANT
MATAWINIE



MUNICIPALITÉ DE
ST-DONAT



BOTTIN DES ORGANISMES:
MA COMMUNAUTÉ



211 DU GRAND
MONTRÉAL



ANNUAIRE QUÉBÉCOIS DES
RESSOURCES EN PRÉVENTION
DU SUICIDE



CISSS DE LANAUDIÈRE



NÉO MÉDIA JOLIETTE



RÉPERTOIRE DES RESSOURCES EN SANTÉ ET SERVICES
SOCIAUX DU GOUVERNEMENT DU QUÉBEC



Financement

Subvention du programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC) pour la mission globale.

● ● ●

Journée de levée de fonds sous la forme d'un pont payant au coin des rues Albert et 5e avenue, ainsi qu'une invitation à venir participer à un dîner hot-dog organisé par les membres de la Rescousse Amicale.

● ● ●

Revenus à la suite de la location de nos locaux. Au courant de l'année, nous avons loué nos locaux à un groupe de soutien d'Alcoolique Anonyme de Rawdon tous les mardis. De plus, les locaux ont été loués par la TROCL pour une réunion le 4 novembre 2025 et par le COSME le 25 septembre 2025

● ● ●

Revenus d'intérêts sur nos comptes de banque

● ● ●

Dons des commerçants / partenaires locaux

● ● ●

Revenus ponctuels provenant de différents ministères, ainsi que de notre députée régionale France-Élaine Duranceau

● ● ●

Revenus des ventes effectuées dans le nouveau Dépanneur de la Rescousse Amicale

● ● ●

Comme nouveauté cette année, nous avons organisé notre première édition de notre campagne "1 don, 1 épicerie". Celle-ci se voulait une façon nouvelle d'aller chercher des dons pendant la période des fêtes et d'offrir aux membres de l'organisme des cartes cadeaux d'épicerie afin de les soutenir avec leurs besoins alimentaires.

Dans une optique de partenariat, nous avons aussi laissé de côté des opportunités de recevoir du financement supplémentaire en ce qui concerne la location de nos locaux. Le but est de permettre à des gens des environs n'ayant pas les moyens de se déplacer et de rencontrer leur intervenante du CISSSL dans un local neutre et à proximité. Nous avons entre autres, prêté gratuitement nos locaux aux intervenants de la protection de la jeunesse du point de service de Joliette dans le cadre d'une rencontre du programme "Ma famille, ma communauté".

La promotion de la Rescousse Amicale et la démystification de la santé mentale

Cette année encore, l'équipe de travail a accueilli plusieurs nouvelles personnes en séances d'accueil et par téléphone pour expliquer notre mission et parler de nos activités. Nous avons aussi reçu la visite d'intervenants des autres ressources de la région. Nous remettons au besoin un guide d'accueil expliquant en bref ce qu'est la Rescousse Amicale et son approche alternative.

Voici d'autres moyens utilisés en cours d'année

- Distribution de nos dépliants et affiches dans différents organismes, commerces, cliniques et pharmacies de la MRC de la Matawinie.
- Distribution d'objets promotionnels (Stylos, Chandails, cartes professionnelles).
- Mise à jour de notre page Facebook et Instagram .
- Production du calendrier mensuel des activités.
- Mise à jour de notre site web.



☆ En 2025-2026, nous avons renforcé les liens avec nos partenaires en favorisant des échanges réciproques de présentations d'organismes en présentiel ou en visioconférence. Ces rencontres ont permis de mieux se connaître et de faire émerger de belles perspectives de collaboration.

- Chaumière - Auberge du coeur Rawdon
- Maison de parents Matawinie-Ouest
- Service de Crise Lanaudière
- Plein droit Lanaudière
- La lueur du phare
- Centre d'action bénévole de la Matawinie
- Mil-Rue
- Comité PAMM (Programme Abus et Maltraitance Matawinie)
- Partenaires du CISSS (CLSC, SIV, Médecins, infirmières)
- Air ouverte
- Carrefour jeunesse emploi Matawinie
- Association des personnes handicapées Matawinie



Timothé Lavallée

COORDONNATEUR / INTERVENANT



Claudie Lambert

INTERVENANTE VOLET PROMOTION



Lucie Mireault

INTERVENANTE



Jean-François Lemoine

INTERVENANT



Carolynne Bonneau

COORDONNATRICE ADJOINTE /
INTERVENANTE

L'ÉQUIPE DE TRAVAIL 2025-2026

La Rescousse Amicale a pu compter sur une équipe solide, mais très changeante pour l'année 2025-2026.

Carolynne Bonneau a travaillé quelques semaines en début d'année financière pour ensuite quitter pour un congé de maternité. Jean-François Lemoine a pour sa part débuté avec nous au début du mois de mai jusqu'à la fin de l'année au 31 mars 2026. Encore cette année, nous avons pu compter sur l'aide de Lucie Mireault jusqu'au retour du congé de maternité de Claudie Lambert en juillet. Timothé a pour sa part été présent d'avril 2025 à mars 2026.

De plus, nous avons pu accueillir Camille Robitaille, stagiaire en technique d'éducation spécialisée du CÉGEP de Joliette à défaut d'une journée par semaine de septembre à décembre.

Interventions

Les rencontres individuelles se font à la demande des membres qui, par le biais d'une relation d'aide basée sur la confiance et le respect, peuvent entamer un processus de changement.

La plupart du temps, les demandes de rencontre individuelle sont effectuées par les intervenantes et la coordination.



Quand même impressionnant ! Juste cette année, il y a eu 93 interventions individuelles, pour un total de 45 heures d'accompagnement.

L'équipe de la permanence assure aussi l'écoute par téléphone. Par contre, la quantité des interventions téléphoniques ainsi que l'écoute active entre les membres ne font pas partie des données compilées dans nos statistiques.

« Si je ne me sens pas bien, je peux venir me confier à vous dans le bureau et je sais que ça va rester confidentiel. Ça m'aide beaucoup, ça me permet de relativiser. » L.C.

➤ Délégations, représentations et concertations de l'équipe de travail

- À la semaine de la santé mentale du 4 au 10 mai 2025
- À l'AGA de la TROCL le 27 mai 2025
- À l'AGA du ROCASML le 19 juin 2025
- Au Pique-nique de la rentrée de la TROCL le 11 septembre 2025
- Au salon des aînés au Collège Champagneur à Rawdon le 20 septembre 2025
- À la foire des organismes à Saint-Donat le 4 octobre 2025
- À la journée de l'alternative en santé mentale le 10 du 10 octobre 2025
- À la nuit des sans abris à Rawdon le 17 octobre 2025
- Au grand évènement de la TROCL le 27 novembre 2025
- Aux rencontres régulières du ROCASML
- Au processus décisionnel en équipe (PDÉ) du programme Ma famille, Ma communauté de la Direction de la Protection de la jeunesse de Lanaudière.



Rapport et suivi des priorités 2025-2026



1

Consolider le financement à la mission globale

Atteinte des objectifs

Comme c'est malheureusement le cas ces dernières années, nous ne pouvons pas dire que cet objectif est atteint. Nous espérons un rehaussement plus important du financement à la mission globale pour espérer être en mesure de réellement toucher l'ensemble de la Matawinie.

Nous avons tenté l'an passé d'amener les personnes isolées dans le secteur de St-Donat à sortir et participer à nos journées d'activités. Nous avons accès à un local dans le village à défaut d'une journée par mois. Il n'a pas été possible pour nous de poursuivre cette année, faute de moyens et de ressources humaines. Nous aurions pu continuer à y aller une fois par mois, mais cela n'était pas assez fréquent pour espérer développer un groupe de personnes susceptible de vouloir revenir et créer des liens.

Comme élément positif, nous pouvons souligner l'innovation d'une nouvelle campagne de financement appelée "1 don, 1 épicerie". Cette initiative consistait à solliciter la participation de la population à offrir des montants fixes de 25\$ ou 50\$. Ces montants allaient ensuite être transformés en cartes cadeaux d'épicerie à remettre aux membres de l'organisme. Cela a représenté un soutien concret, mais qui n'a eu qu'un impact ponctuel.

Nous devons poursuivre nos efforts dans ce dossier important, mais croyons qu'avec plus d'argent à la mission globale, la Rescousse Amicale pourrait offrir davantage de support aux municipalités éloignées de notre local de Rawdon.

2

Continuer de promouvoir l'organisme dans l'ensemble du territoire de la Matawinie

Atteinte des objectifs

Nous avons encore cette année fait tout ce qu'on pouvait pour se faire connaître de notre communauté. La grandeur du territoire que l'on dessert nous met vraiment des bâtons dans les roues, mais nous avons tout de même fait des actions concrètes pour améliorer notre situation. Avec le retour de Claudie Lambert, notre intervenante chargée de la promotion de l'organisme, nous avons pu retisser les liens avec nos partenaires. Des rencontres avec entre autres; les services de crise de Lanaudière, la lueur du Phare, Plein droit de Lanaudière, Chaumière jeunesse, Mil-rue, le centre de prévention du suicide de Lanaudière et l'équipe du SIV du Nord de Lanaudière ont pu nous aider à mieux connaître nos différentes missions, s'entraider et facilité le référencement.

L'objectif n'est pas atteint, mais nous avons fait des démarches qui n'avaient pas été faites depuis longtemps. Nous continuerons d'être visibles et essayés du meilleur de nos capacités à se faire connaître par une majorité de personnes.



Rapport et suivi des priorités 2025-2026



3

Consolider l'équipe de travail

Atteinte des objectifs

Au niveau de l'équipe de travail, nous avons réussi à maintenir une certaine stabilité pour l'année 2025-2026. Malgré les départs et les retours, la majorité des visages restaient familiers et cela a été rassurant pour les membres de l'organisme. L'ancienne coordonnatrice Lucie Mireault a prêté main forte du mois d'avril jusqu'au retour du congé de maternité de Claudie Lambert en juillet. À la suite du départ de Carolynne Bonneau pour un congé de maternité, La Rescousse fit l'embauche de Jean-François Lemoine pour un contrat du mois de mai 2025 à mars 2026.

De juillet à mars, nous avons pu compter sur une présence constante de Claudie, Jean-François et Timothé pour encadrer les activités de l'organisme.

L'année 2026-2027 s'annonce encourageante, considérant que Carolynne Bonneau fera son retour au travail en avril et qu'il sera probablement possible de conserver les services de Jean-François Lemoine deux journées par semaine.

Nous dirions que l'objectif est partiellement atteint. Avoir les moyens d'embaucher une 4^e personne intervenante à temps plein ferait pour nous une grande différence, considérant que nous avons 14 municipalités à desservir et seulement 3 intervenants à temps plein.

4

Maintenir les café-rencontres dans les régions plus éloignées de la Matawinie.

Atteinte des objectifs

Nous pouvons dire avec certitude que cet objectif n'a pas été atteint. Le manque de visibilité, de récurrence quant à nos présences dans les régions éloignées et le manque de ressources humaines a certainement nui à nos aspirations.

À bien y réfléchir, cet objectif était irréaliste. Quatorze municipalités, des milliers de kilomètres carrés de territoire à couvrir et seulement quatre employés. Les conditions gagnantes n'étaient pas réunies pour maximiser nos chances de progresser vers un maintien des activités dans les régions éloignées de la Matawinie.

Nous continuerons à penser et à développer des idées novatrices. Toujours comme but premier d'amener les gens vivant ou ayant vécu des enjeux de santé mentale de la haute Matawinie à briser l'isolement.

Rapport et suivi des priorités 2025-2026



5 Rénover et moderniser le sous-sol de la Rescousse Amicale.

Atteinte des objectifs

Plusieurs travaux d'amélioration ont été entrepris dans les dernières pour moderniser les locaux de la Rescousse amicale et ce fut aussi le cas en 2025-2026.

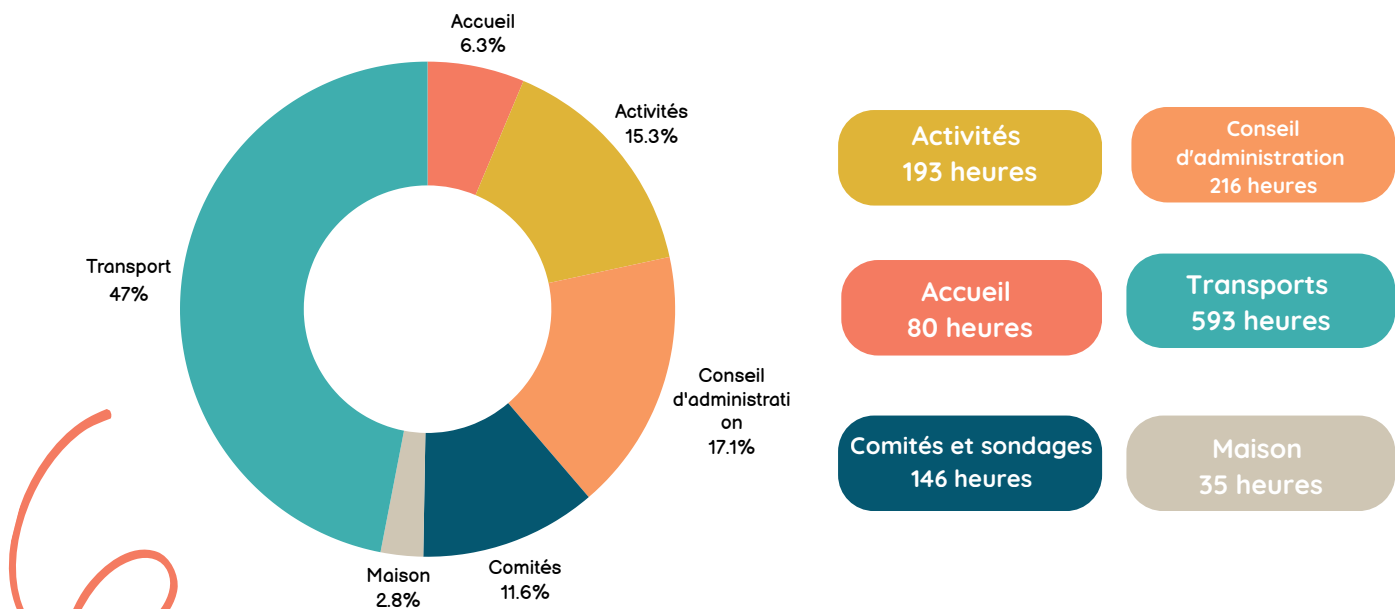
Cette année, nous avons entrepris le projet de rénover la cuisine et la salle de bain au sous-sol. Cela faisait environ 25 ans que rien n'avait été fait dans ses deux pièces et il était évident pour nous qu'un vent de fraîcheur ferait du bien.

En plus de ces travaux, nous avons pu aménager un nouvel espace de bureau au sous-sol. Cet espace pourra servir de lieux pour des rencontres individuelles ou de groupe. En ayant toujours en tête qu'il serait important de diversifier nos sources de revenus dans le futur, nous croyons que cet aménagement aidera aussi à rendre le sous-sol plus attrayant pour de potentiels locataires.

Nous sommes très satisfaits, car en plus d'avoir des espaces de vie à notre image, le tout a été réalisé sans que nous ayons à fermer nos locaux et interrompre les activités des membres.

L'objectif est atteint pour cette année, mais il nous reste encore plusieurs travaux à entreprendre à l'intérieur et à l'extérieur du bâtiment pour le rendre adéquat à 100%.





Implication

L'implication à la Rescousse Amicale est d'une importance cruciale pour son succès et son développement. Lorsqu'un membre s'implique activement, il contribue non seulement à la réalisation des objectifs communs, mais aussi à la création d'un environnement collaboratif et motivant. Cette participation active favorise l'émergence de nouvelles idées, l'amélioration des processus et renforce le sentiment d'appartenance au sein du groupe.

De plus, l'implication personnelle peut mener à des opportunités de développement personnel, tout en renforçant le sentiment d'utilité et d'accomplissement.

Bref, l'implication dans un organisme est bénéfique tant pour les membres que pour la structure elle-même, créant un effet « donnant-donnant ».

Le total d'implication cette année a été de 1263 heures.



Transport- accompagnement

En 2025-2026, nos transporteurs ont effectué **291** transports. Ces transports ont permis **691** participations aux différentes activités à la Rescousse pour un total de **23 596** km parcourus. Cela permet d'assurer une participation active à la vie sociale et communautaire des personnes vivant ou ayant vécu des problèmes de santé mentale dans la Matawinie.



Le transport est pour nous un élément crucial quant à la viabilité de notre organisme. Le transport en commun est inexistant dans notre région et la majorité des personnes que nous accueillons n'ont pas de moyens de se déplacer. Merci à tous les transporteurs qui, sans eux, laisseraient plusieurs personnes dans leur solitude.

Quoi ?! Je n'en reviens pas !
Malgré l'absence de transport en commun et les difficultés de déplacement, 691 personnes ont été transportées à travers 291 trajets par des bénévoles... et ils ont parcouru 23 596 kilomètres au total. C'est complètement impressionnant !



« Je me sens utile, ça me fait sortir de chez moi et ça me tient occupé. »
E.P.

Activités animées/organisées par les membres

Les activités régulières suivantes sont toutes organisées et animées/coanimées par les membres. L'implication des membres favorise la réappropriation individuelle et collective du pouvoir des personnes sur leur vie, l'estime de soi, le sentiment d'appartenance et la participation citoyenne.

Relation d'aide

Groupe de soutien,
entendeurs de voix.

Nombre
d'activités :
24

Losirs

Bricolage détente, chantons
ensemble, dîner
communautaire, yoga, mise
en forme, peinture, création
collective et bingo.

Nombre
d'activités :
27

Éducation populaire

Fables de Lafontaine,
Créativité et I.A.

Nombre
d'activités :
20

« Je me sens reprendre du
pouvoir lorsque j'anime le
groupe de soutien »
R.C.

Wow : Quand on y
pense, il y a un
total de 71 activités,
avec en moyenne
environ 6 activités
animées par des
membres chaque
mois !



Comités et sondages

Tous les comités sont composés de membres actifs qui investissent leur temps et leur énergie à la planification, l'organisation et la réalisation des diverses tâches et événements spéciaux.

La participation des membres aux différents sondages est aussi encouragée et supportée par l'équipe de la permanence. Les sondages aident à mieux connaître les intérêts des gens et permettent de guider la prise de décision en fonction de ce que les membres souhaitent. Le tout favorise la transparence, la responsabilité et l'aide à renforcer l'engagement des membres.



Comité révision des politiques internes

Rencontres : 3
Participations : 18

Total

Rencontres : 8
Participations : 66

Comité plan d'action : Harcèlement au travail

Rencontres : 1
Participations : 6

Comité d'embauche :

Rencontres : 2
Participations : 2

Sondages

Rencontres : 2
Participations : 40



Accueil et maison



Accueil

Tout type d'implication en lien avec l'accueil et l'intégration des membres

- Ouverture des locaux
- Organisation du tableau d'affichage des activités
- Gestion du Dépanneur Amical

Nombre de personnes

7

Nombre d'heures

80

Maison

Tout type d'implication en lien avec l'entretien et le bon fonctionnement des locaux

- Ménage
- Travaux d'entretien

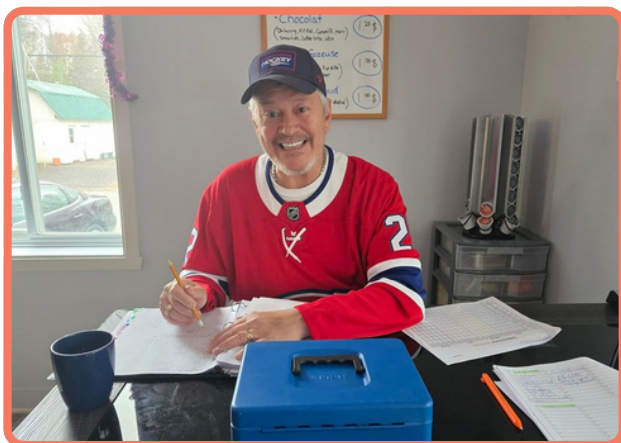
Nombre de personnes

8

Nombre d'heures

35

Enfin, l'engagement des membres dans l'accueil et l'entretien des locaux peut renforcer le sentiment de responsabilité collective et de fierté au sein de l'organisme, créant ainsi une culture positive et solidaire.



Rapport d'activités

Participations aux activités par mois

Cette année, il a été possible d'organiser trois journées d'activités par semaine d'avril à août et quatre journées d'activités de septembre à mars. Du transport était organisé à chacune de ses journées. Cela a permis aux personnes n'ayant pas de moyens de se déplacer de participer aux activités. Comme mentionné précédemment, ces activités ont été décidées en fonction des intérêts des membres.

Le tableau suivant montre les participations aux activités par mois, pour un total de 1802 cette année.

« Le fait d'avoir quatre jours de transport nous permet de sortir plus et de nous sentir moins isolés. Les activités sont intéressantes, en plus d'avoir de la nouveauté et de la variété. »
C.A.

1812
participations
aux activités

150
moyenne de
participation par
mois



Participation par type d'activité

Les activités sont variées et répondent aux besoins et aux rythmes différents de chacune des personnes qui fréquentent notre ressource.

Nos activités sont répertoriées en 3 types d'activités; les activités de relation d'aide, d'éducation populaire et celles de loisirs.

Il est important pour nous de maintenir un équilibre dans notre calendrier pour que chaque membre y trouve son compte.



LES TYPES D'ACTIVITÉS

Éducation populaire

Nous considérons que les activités d'éducation populaire sont primordiales, car elles permettent aux gens de la Matawinie de s'informer et de développer leurs sens critiques sur différents enjeux sociaux qui les concernent. Ces activités permettent aux gens d'exprimer leurs opinions et de travailler sur leurs attitudes en lien avec les interactions avec les autres.

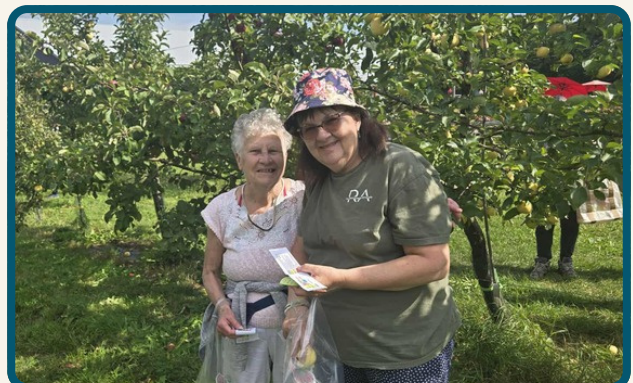
Relation d'aide

Nous considérons que les activités de relations d'aide sont essentielles, car elles sont partie prenante de notre mission. Ces activités permettent aux membres d'avoir un espace sécurisant et accueillant pour partager leur vécu, leurs défis et aussi leurs bons coups. De plus, nous trouvons qu'il est important pour les membres de se développer en tant que personne, grâce à ces moments de groupe qui leur permettent de cheminer à leur rythme.

Activités de loisir

Nous considérons que les activités de loisir sont importantes, car elles permettent aux gens de la Matawinie de briser l'isolement. Ces activités donnent un contexte idéal pour créer des liens significatifs avec d'autres personnes vivant les mêmes défis. Par le fait même, les activités de loisir permettent aux membres de se développer un réseau social sain et équilibré.

Sans oublier que ces trois types d'activités ont pour buts communs de favoriser l'entraide, de développer l'écoute et d'encourager le partage.



Activités d'éducation populaire

Café-rencontre et Ateliers d'éducation populaire

Toujours appréciés par les membres de la Rescousse Amicale, les cafés-rencontres et ateliers d'éducation populaire étaient encore bien présents cette année. Ces rencontres sont un lieu d'échange, de partage d'idées, d'information, de connaissance, d'opinion, d'aide et de soutien. Voici en détail l'ensemble des activités réalisées pour cette catégorie;

Café-rencontre et sujets abordés

- Fables de Lafontaine
- T'en penses quoi ?
 - La montée de l'extrême droite
 - La liberté d'expression en humour
 - Boycott des produits américains
 - Actualité de la semaine
 - Des coupures en éducation
 - Justice et santé mentale
 - Manque de médecin de famille
 - Mouvement syndical
- Revue de l'actualité avec J-F
- Mouvement féministe
- Anxiété

Ateliers et sujets abordés

- L'alternative à Claudie
- L'ACA en bref
- Atelier sur le café
- Mobilisation pour la journée du 10 du 10
- Documentaire et discussion
- Visionnement de la série Empathie + discussion
- Visionnement de la série Je suis là: les proches aidants en santé mentale + discussion
- Cuisine collective



En tout, nous avons
eu 354 participants
aux activités
d'éducation
populaire. Wow !

Formations

Les membres de l'organisme, ainsi que les employés, ont participé au cours de cette année à différentes formations.

En voici la liste;

Formation: Les types de personnalités MBTI Partie 1

Formation: Les types de personnalités MBTI Partie 2

Formation: Gestion de la colère

Webinaire CNESST: Le harcèlement psychologique ou sexuel en milieu de travail.

Webinaire CNESST: Les motifs de plaintes en matière de normes du travail.



Activités de relation d'aide

Groupe de soutien

Au groupe de soutien, les membres se réunissent pour discuter de leurs expériences et s'entraider face à des défis communs ou d'autres situations difficiles. Ce groupe offre un espace sûr et confidentiel où les membres peuvent partager leurs sentiments, échanger des conseils et se sentir moins isolés dans leurs épreuves. Le groupe de soutien se veut un endroit qui permet de développer un sentiment d'appartenance en plus de renforcer le moral et améliorer le bien-être général des membres.

Le groupe de soutien a été animé 1 fois par mois par Richard Chenel, membre actif de la Rescousse Amicale et assisté au besoin par un intervenant.

Groupe d'entendeurs de voix

Ce groupe se veut un endroit pour partager son vécu et développer des façons de mieux vivre avec les voix et autres phénomènes inhabituels.

Le groupe d'entendeurs de voix est ouvert, ce qui veut dire que toute personne se sentant interpellée peut intégrer le groupe à tout moment.

En 2025-2026, nous avons pu organiser 1 rencontre par mois pour l'ensemble de l'année financière, soit du mois d'avril au mois de mars.

☆ Implication dans la communauté - Nouveauté cette année ! ☆

Les membres de la Rescousse Amicale se sont mobilisés pour offrir de leur aide à un autre organisme. À quatre occasions, un petit groupe de membres est allé donner de leur temps à l'organisme La Soupière à Joliette.

Cette nouvelle initiative fut très valorisante pour nos membres en plus d'avoir développé de l'entraide entre organismes.

28

Nombre
d'activités

170

Nombre de
participations



Activités de loisir



163
Activités

1288
participations



☆ C'est ma toune ! ☆

Une activité de loisirs qui se démarque !

Environ **7 personnes** qui
participent à l'activité
toutes les fois.



Activités / repas communautaires

Les activités où le taux de participations a été très élevé cette année furent encore les dîners communautaires. Les dîners communautaires jouent un rôle essentiel dans le renforcement des liens sociaux et la création d'un sentiment d'appartenance au sein de l'organisme. Ils offrent un espace chaleureux où les membres peuvent se rassembler pour partager un repas, échanger des histoires et cultiver des relations interpersonnelles. L'implication des membres est fortement sollicitée pour assurer le succès de ces événements, car en participant activement, les membres renforcent leur sentiment d'appartenance et montrent leur engagement envers le bien-être collectif.

Bref, les dîners communautaires ont servi à solidifier la solidarité et encourager la collaboration entre les membres. Ils ont certainement contribué à bâtir un groupe plus soudé et résilient, tout en offrant un moment de détente et de convivialité apprécié par tous.

Cette année, nous avons tenu les activités/dîners suivants;

- Assemblée générale annuelle
- Party d'Halloween
- Dîners lors des rencontres du conseil d'administration
- Soupes, sandwich et jasette
- Sortie au restaurant Le vieux Duluth
- Brunch amicale offert par L'ambition
- Épluchette de blé d'Inde
- Party de Noël
- Dîner à la cabane à sucre Alcide Parent
- Dîner d'anniversaire tous les mois
- BBQ estival
- Dîner de St-Valentin au Restaurant L'ambition
- Pique-Nique au moulin Fisk à Crabtree



Sorties



L'intégration dans la communauté par le biais des sorties revêt d'une forte importance, tant pour les individus que pour la collectivité dans son ensemble. Participer à des activités permet de tisser des liens sociaux, de renforcer le sentiment d'appartenance et de favoriser la cohésion sociale. Les sorties en groupe, qu'elles soient culturelles, sportives ou simplement récréatives, offrent l'opportunité de partager des expériences enrichissantes et d'échanger avec plusieurs personnes. Elles contribuent également à l'épanouissement personnel en élargissant les horizons et en développant des compétences interpersonnelles.

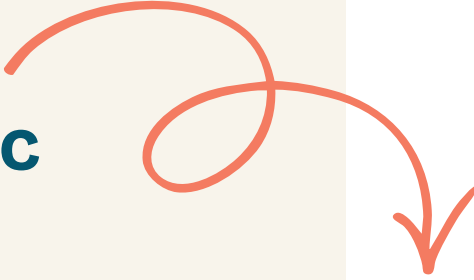
Pour la communauté, ces interactions renforcent le tissu social, favorisent la diversité, permettent de réduire les préjugés et les stéréotypes et contribuent à une société plus tolérante et empathique. Ainsi, les sorties représentent un vecteur essentiel pour construire une société plus unie et solidaire.



« Bien je me sens utile, car je discute avec le monde. Je participe, ça me fait de bien. »

E.P.

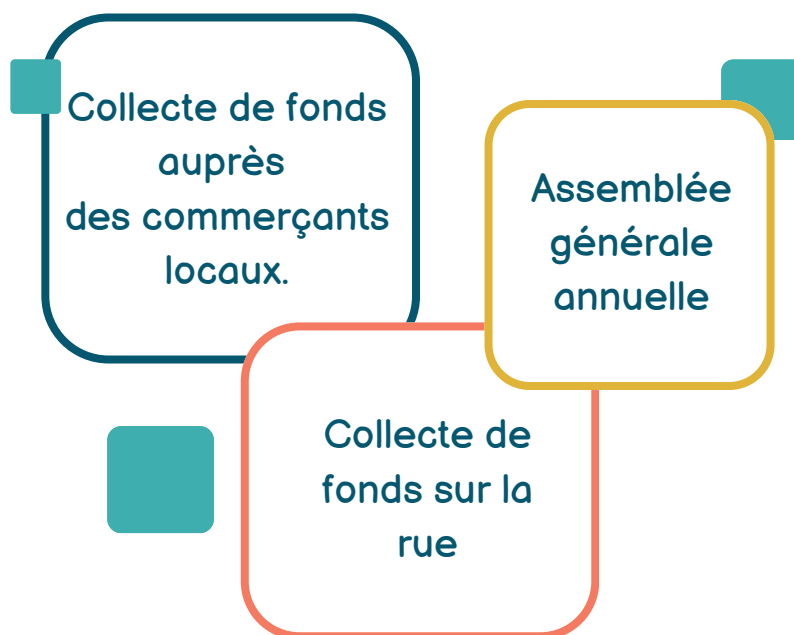
Activités grand public



C'est durant ces activités grand public que les membres de la Rescousse Amicale ont la possibilité de faire connaître notre ressource et de parler de notre approche alternative.

Comme à l'habitude, nous avons tenu une assemblée générale annuelle ouverte au public. Nous avons aussi effectué une campagne de financement sur la voie publique en juin, ainsi qu'une collecte de fonds auprès des commerçants de notre région. Cela nous permet de rester en contact avec la population et nos donateurs habituels.

Dans les prochaines années, nous aimerions en organiser davantage, car ce sont des activités qui peuvent rassembler plusieurs personnes susceptibles d'être concernées par notre mission sociale. Nous savons aussi que ce sont des événements qui peuvent aider au développement d'une vie communautaire plus en santé.



→ Vie communautaire ←



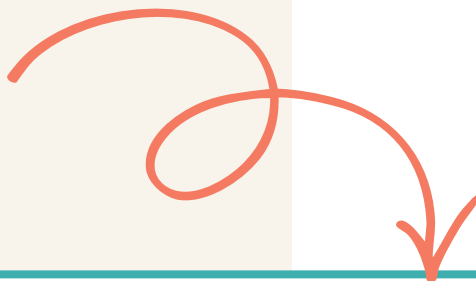
La Rescousse Amicale est reconnue pour offrir une multitude d'activités diverses. Toutefois, nous offrons avant tout un milieu de vie où l'on se sent bien et qu'on peut fréquenter sans être forcé de participer aux activités prévues au calendrier. Nous constatons que cela est essentiel pour le bien-être physique et mental des personnes vivant de l'isolement de pouvoir simplement compter sur un endroit où ils peuvent venir pour prendre un café et discuter sans obligations.

La Rescousse Amicale peut devenir un refuge contre le stress quotidien et les pressions extérieures. Nous offrons un lieu qui permet aux membres de se ressourcer et de se reposer en profitant d'un coin salon chaleureux avec accès à une télévision et une bibliothèque composée d'une centaine de livres. Les membres peuvent aussi utiliser à leur guise la salle d'ordinateur pour effectuer des démarches personnelles ou tout simplement pour se divertir. Sans oublier les jeux de société, les casse-têtes, les jeux de table et le matériel de dessin qui est mis à disposition en tout temps.

De plus, nous pensons que d'offrir un lieu accueillant et confortable stimule la créativité et l'introspection, permettant ainsi de mieux se connaître et de s'épanouir pleinement.

Bref, un espace de vie harmonieux est, selon nous, un pilier fondamental pour mener une vie équilibrée et épanouissante.

Remerciements à nos donateurs



Nous désirons remercier nos généreux donateurs, en incluant leurs noms dans notre rapport d'activités. Merci de votre appui, et merci aussi aux gens qui nous soutiennent en achetant nos objets promotionnels. De cette façon, vous contribuez à nous aider dans l'accomplissement de notre mission.



Nouveauté 2025-2026

Précarité alimentaire

De nouvelles initiatives viennent renforcer l'aide à la précarité alimentaire au sein de la Rescousse Amicale :

- On offre maintenant des petits plats gratuits préparés par un traiteur privé Le Tambour, ce qui fait une vraie différence pour plusieurs membres.
- Depuis l'arrivée de Jean-François, il y a davantage de cuisines collectives. Maintenant, les repas des dîners de fête sont entièrement réalisés par les membres, ce qui est vraiment rassembleur et valorisant.
- On a aussi le Brunch Amicale offert par le Resto L'Ambition. Lors d'occasions spéciales, ils se déplacent dans nos locaux pour servir le repas aux membres.

« Vos petits plats et vos sorties ce n'est pas quelque chose que je peux me payer normalement, ça fait plus que me sortir de l'isolement, ça m'aide socialement. Même que cela a amélioré ma santé, en une année, j'ai vu la différence. »

N.C.



Engagements citoyens

Depuis quelque temps, on voit aussi un bel élan d'engagement citoyen prendre place.

Les activités « T'en penses quoi? » et « La revue d'actualité avec J-F » permettent aux membres de rester informés et surtout de réfléchir ensemble à ce qui se passe autour de nous.

On sent aussi l'engagement de nos membres bien actifs, concernant le mouvement communautaire à Boutte. Des actions plus concrètes ont été réalisées à cet effet;

- la manifestation devant le bureau de François Legault à L'Assomption
- des photos et des publications sur les réseaux sociaux.

En parallèle, les membres de la Rescousse Amicale ont pu s'impliquer auprès de La Soupière, un organisme qui offre un service de dépannage alimentaire.

« J'ai aimé l'expérience de faire une activité à la soupière, en plus de me rendre utile pour les autres. »

R.C.

Nos rénovations

La cuisine et la salle de bain

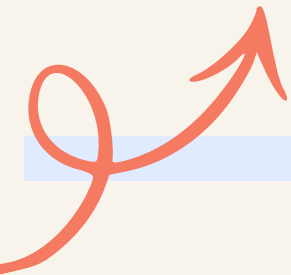


Pendant les rénovations



« C'est plus le fun
présentement, c'est
plus grand et mieux
installé. On a plus
envie de cuisiner. »

Après les rénovations



Nos rénovations

Le nouveau bureau au sous-sol

Pendant les rénovations



Après les rénovations



Message des membres

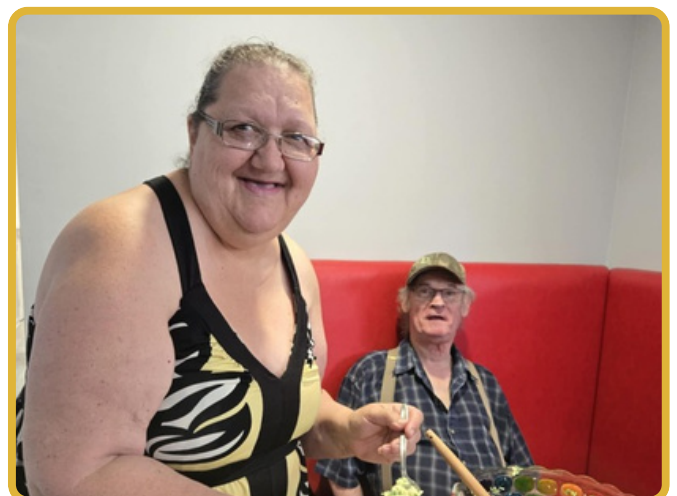
Pourquoi la Rescousse Amicale est importante pour nous.

« Ça répond à un réel besoin. Ça me permet de sortir de l'isolement et d'améliorer ma santé, car je mange mieux. »

C.A.

« C'est mon social, car où je reste c'est isolé et je n'ai pas beaucoup de voisins. En plus, ça me change les idées. »

J.N.







Merci à tous les membres de la
Rescousse Amicale
pour cette belle année
2025-2026

