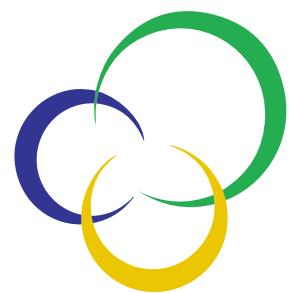




RAPPORT ANNUEL D'ACTIVITÉS 2024-2025



RESSOURCES COMMUNAUTAIRES OMEGA
OMEGA COMMUNITY RESOURCES



THE LION KING

22

23

Bracon vespae
Tachinidae

TABLE DES MATIÈRES

LES PRINCIPES QUI NOUS GUIDENT	4
GOVERNANCE	5
MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION 2024-2025	5
COMITÉS DU CONSEIL	5
NOTRE ÉQUIPE	6
MOT DU PRÉSIDENT	7
MOT DE LA DIRECTRICE	8
CENTRE DE JOUR : UN ESPACE DE VIE ET DE RÉALISATIONS	9
NOS ACTIVITÉS	10
HORAIRE DES ACTIVITÉS AU CENTRE DE JOUR	11
CAMP D'ÉTÉ OMEGA AU CENTRE PLEIN AIR FATIMA	12
LA ZOTHÉRAPIE	13
MUSICOGRAPHIE AVEC JEAN-SÉBASTIEN	13
PORTRAIT SOCIODÉMOGRAPHIQUE DES MEMBRES AU CENTRE DE JOUR	14
STATISTIQUES CLÉS	14
PROGRAMME EMPLOI ÉTUDIANT	15
PROGRAMME ALIMENTAIRE : SOUTENIR LA SANTÉ PAR L'ALIMENTATION	15
HOMMAGE MOISSON MONTRÉAL POUR SON 40^{ÈME} ANNIVERSAIRE	16
RESSOURCES RÉSIDENTIELLES : UN CHEZ-SOI SÉCURISANT ET ENRICHISSANT	18
ÉVÉNEMENTS COMMUNAUTAIRES : TISSER DES LIENS DURABLES	20
CABANE À SUCRE	20
SÉCURITÉ ET PRÉVENTION AVEC LE SPVM	20
NOËL COLLECTIF AU CENTRE COMMUNAUTAIRE SARTO-DESNOYERS	20
ÉVÉNEMENT LIVRES VIVANTS	21
BÉNÉVOLAT : UN ENGAGEMENT QUI FAIT TOUTE LA DIFFÉRENCE	22
NOTRE BÉNÉVOLE DE L'ANNÉE	22
UN SOUTIEN INSPIRANT DU SPVM – POSTE DE QUARTIER 5	23
PARRAINAGE CIVIQUE DE LA BANLIEUE DE L'OUEST-DE-L'ÎLE	23
BÉNÉVOLAT D'ENTREPRISE	24
COLLABORATIONS ÉTUDIANTES : APPRENDRE ET CONTRIBUER	26
DÉVELOPPEMENT PROFESSIONNEL : OUTILLER NOTRE ÉQUIPE	27
REMERCIEMENTS À NOS PARTENAIRES	28
CONCLUSION	28
ÉTATS FINANCIERS 2024-2025	29

LES PRINCIPES QUI NOUS GUIDENT



NOTRE VISION

Favoriser une société inclusive où chaque personne vivant avec des enjeux de santé mentale trouve sa place, développe son plein potentiel et participe activement à la vie communautaire.



NOTRE MISSION

Ressources Communautaires Omega est un organisme communautaire à but non lucratif qui soutient les adultes aux prises avec des problèmes de santé mentale dans l'Ouest-de-l'Île de Montréal. À travers nos services variés, nous visons à promouvoir le rétablissement, l'autonomie, l'inclusion sociale et le mieux-être global de nos membres.



NOTRE MANDAT

Nous accompagnons nos membres dans leur parcours de vie avec humanité, respect et professionnalisme. Que ce soit par le biais de notre centre de jour, de nos ressources résidentielles, chaque point de service joue un rôle clé dans le soutien à la santé mentale et à l'intégration communautaire.

GOVERNANCE

Notre conseil d'administration est composé de membres engagés qui partagent une vision commune : celle de bâtir un monde plus équitable, inclusif et sensible aux enjeux de santé mentale. Leur leadership et leur expertise sont des piliers essentiels à la vitalité de notre mission.

MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION 2024-2025



CHAD POLITO
Président



PASCAL SAVARD
Secrétaire



SUSAN SRSA
Trésorière



FRANCA FERRARA
Administratrice



MICHEL BEAUREGARD
Administrateur



FRANCIS PINSONNEAULT
Administrateur



YACINE NDYANE
Administratrice



VANESSA AUDETTE
Administratrice



MAGALI BOULÉ
Administratrice



DAWN BOSTOCK
Employée
représentante

COMITÉS DU CONSEIL

Ressources humaines :

- Francis Pinsonneault (responsable)
- Pascal Savard
- Chad Polito
- Magali Boulé

Gouvernance :

- Magali Boulé (responsable)
- Francis Pinsonneault
- Michel Beauregard
- Chad Polito

Finances :

- Susan Srsa (responsable)
- Michel Beauregard
- Magali Boulé
- Chad Polito

NOTRE ÉQUIPE

Une équipe passionnée et multidisciplinaire œuvre chaque jour à faire une différence significative dans la vie de nos membres :

Catherine Letarte – Directrice générale

Dawn Bostock – Directrice des opérations

Caroline Bastien – Coordinatrice clinique des ressources résidentielles

CENTRE DE JOUR

Catherine Champigny – Animatrice/intervenante

Olivia Pisano – Animatrice/intervenante

APPARTEMENTS SUPERVISÉS

Victoria Lehberg, John Alexander Palacios, Kseniia Symonenko, Marianne Pouliot

FOYER DE GROUPE

Christelle White, Gregory Samedy, Ash Ahmed, Diane St-Pierre, Diane Jean Charles, Jasmine Karelak-Hollock, Lodie Agbatchi, Melissa Nougé, Alivia Thibault, Chung Mui, Julia DiGiovanni



MOT DU PRÉSIDENT

C'est un véritable privilège pour moi d'avoir assumé la présidence du conseil d'administration de Ressources communautaires Omega cette année. Je suis profondément fier du dévouement exceptionnel de notre personnel, de notre équipe de direction et de nos bénévoles. Votre engagement envers notre mission et votre passion pour la santé mentale sont une source d'inspiration. Ensemble, nous avons eu un impact réel et durable sur la vie des personnes que nous accompagnons.

Cette année a été marquée par de grandes réalisations et des moments forts. Je tiens à remercier chaleureusement la communauté pour la confiance qu'elle continue de nous accorder, ainsi que nos donateurs dont la générosité rend notre travail possible. Nous sommes particulièrement reconnaissants envers les bénévoles qui donnent de leur temps avec cœur et conviction—vous jouez un rôle clé dans notre succès.

Je souhaite également exprimer ma sincère gratitude à notre directrice générale, Catherine Letarte, pour son leadership remarquable et son engagement indéfectible envers l'organisme. Sa vision et sa passion nous guident au quotidien.

Notre conseil d'administration, composé de personnes aux parcours diversifiés, a consacré un nombre incalculable d'heures à assurer une gouvernance solide, une saine gestion financière et une planification stratégique réfléchie. Cette année, nous avons renforcé nos comités des ressources humaines, des finances et de la gouvernance afin de poser des bases solides pour l'avenir.

Alors que nous nous tournons vers l'avenir, notre objectif demeure clair : faire en sorte que Ressources Communautaires Omega continue de prospérer et de répondre aux besoins changeants en santé mentale de notre communauté. Merci de faire partie de ce parcours avec nous.

Avec gratitude,



CHAD POLITO, MNM

**Président du Conseil d'administration
Ressources Communautaires Omega**

MOT DE LA DIRECTRICE

Une année d'engagement collectif et d'impact humain.

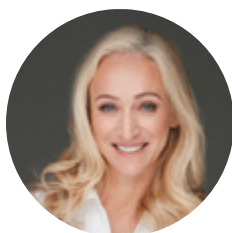
C'est avec une profonde fierté que je vous présente ce rapport annuel qui témoigne de l'incroyable travail accompli en 2024-2025. Chaque service, chaque activité, chaque geste posé a contribué à renforcer notre mission et à améliorer concrètement la qualité de vie des adultes vivant avec des enjeux de santé mentale dans notre communauté.

Au fil des mois, notre organisme a poursuivi ses efforts dans un contexte exigeant : rareté de personnel, financement à consolider, besoins croissants. Malgré tout, notre équipe a fait preuve d'une solidarité remarquable, d'une créativité constante et d'un engagement hors du commun. Elle s'est adaptée, elle a innové, et surtout, elle a continué de placer l'humain au centre de chaque action.

Je tiens à souligner le travail exceptionnel de notre direction et de nos employés, qui ont su faire preuve de polyvalence et de résilience. Je remercie également les membres du conseil d'administration, dont le soutien est essentiel à notre gouvernance. Le renouvellement de ses membres demeure un défi et une priorité pour assurer l'équilibre, la rigueur et la continuité de notre mission. Nous recherchons des profils porteurs d'expertise – en gestion des risques, finance, relations avec les bailleurs de fonds, ou encore en immobilier communautaire – afin de répondre aux exigences actuelles.

Je n'oublie pas nos partenaires, bénévoles et donateurs, qui sont les piliers silencieux de nos actions. Grâce à leur confiance, nous continuons d'offrir des services humains, ancrés dans la réalité, et capables de faire une réelle différence. Leur appui démontre que, collectivement, nous avons le pouvoir de transformer la vie des personnes vulnérables et de bâtir une société plus juste.

Merci à toutes celles et ceux qui ont contribué à cette année exceptionnelle. Ensemble, poursuivons notre engagement, un geste à la fois.



CATHERINE LETARTE

Directrice générale

Ressources Communautaires Omega

CENTRE DE JOUR : UN ESPACE DE VIE ET DE RÉALISATIONS

Le Centre de jour, ouvert du lundi au vendredi de 9 h à 16 h, est un milieu vivant où se croisent entraide, bienveillance et engagement. Cette année, nous avons enregistré une **hausse de fréquentation de 28 %**, signe que notre programmation répond aux besoins profonds de notre communauté.



« Venir au Centre de jour m'a redonné une routine, un but, et surtout, un endroit où je me sens écouté et respecté. »

JEAN-MARC, MEMBRE PARTICIPANT DEPUIS 2022

NOS ACTIVITÉS

Nous offrons trois catégories d'activités :

- Activités sociales/récréatives (ex. : sorties, fêtes, événements collectifs)
- Activités thérapeutiques : zoothérapie, musicographie, art-thérapie
- Activités éducatives et culturelles



HORAIRE DES ACTIVITÉS AU CENTRE DE JOUR

Une contribution sera demandée pour certaines activités.

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
-------	-------	----------	-------	---------

OUVERTURE DU CENTRE à 9h 00

 9h 00 à 9h 30 Petit déjeuner continental \$  9h 45 à 10h 00 Bulletin OMEGA Venez découvrir les activités amusantes qui se déroulent chez OMEGA tout au long de la semaine ! Petit aperçu des activités ludiques, événements et sorties à venir !	 9h 00 à 9h 30 Petit déjeuner continental \$  9h 30 à 10h 00 Marche zen Rejoignez-nous pour une marche paisible et relaxante. Venez vous détendre de manière proactive.  9h 30 à 10h 00 Marche active Commencer votre journée en force en participant à notre groupe de marche active ! Participez à notre défi de marche. Vous courrez la chance de gagner des prix !	 9h 00 à 9h 30 Petit déjeuner continental \$  9h 30 à 10h 00 Marche nature Venez vous détendre en explorant la nature avec nous ! Rejoignez-nous pour découvrir la nature qui nous entoure.  9h 30 à 10h 00 Étirements dynamiques Cette activité vise à améliorer votre souplesse, votre champ de mobilité, la santé des muscles et des articulations. Une excellente façon de commencer la journée !	 9h 30 à 10h 00 Marche active Commencer votre journée en force en participant à notre groupe de marche active ! Participez à notre défi de marche. Vous courrez la chance de gagner des prix !  9h 30 à 10h 00 Marche active Commencer votre journée en force en participant à notre groupe de marche active ! Participez à notre défi de marche. Vous courrez la chance de gagner des prix !	 9h 30 à 10h 00 Marche active Commencer votre journée en force en participant à notre groupe de marche active ! Participez à notre défi de marche. Vous courrez la chance de gagner des prix !
 10h 15 à 11h 00 Cardio / Objectifs chez OMEGA Venez vous joindre au groupe avec notre entraîneur personnel. Relevez le défi. Bougez. Définissez vos intentions et vos objectifs pour la semaine. Apprenez à renforcer votre confiance et à rayonner de positivité pour la semaine !	 10h 00 à 11h 00 Zoothérapie / Discussion de groupe Venez partager un moment entouré d'animaux, des lieux, et des caresses, pour réduire le stress et recevoir une grosse dose de joie. / Prenez un moment pour échanger et partager dans un groupe de discussion. Venez discuter de divers sujets qui nous concernent.  10h 15 à 12h 00 Atelier cuisine avec corbelle de pain / Cuisine collective Venez apprendre à cuisiner avec nous. Apprenez à couper, hacher, mélanger, et beaucoup plus ! / Rejoignez-nous pour participer à une expérience culinaire pratique. Apprenez de délicieuses recettes que vous pourrez rapporter à la maison !	 10h 00 à 12h 00 Découvertes musicales avec Jean-Sébastien ! Partagez vos chansons préférées et diversifiez vos goûts musicaux ! Une façon amusante de socialiser et de trouver votre nouvelle chanson préférée. Faites un voyage rythmé à travers le monde de la musique. Découvrez de nouveaux instruments, votre voix, le mouvement, et le plaisir à travers la musique !  10h 00 à 11h 00 TED talk et discussion Rejoignez-nous et explorons différents sujets à travers les vidéos de discussion TED. Apprenez quelque chose de nouveau, découvrez un nouveau monde et partagez vos réflexions avec le groupe !	 10h 00 à 12h 00 «Scrapbooking» thématique Vous aimez les activités manuelles qui renforcent la créativité ? Laissez briller l'artiste qui sommeille en vous ! Cette activité créative consiste à organiser, embellir et mettre en valeur des photos qui vous tiennent à cœur dans un journal.	



13h 00 à 14h 30 Oùlilles \$ / Atelier de compétences personnelles

Venez nous rejoindre aux ateliers pour quelques parties de quilles ! Venez apprendre de nouvelles compétences générales et personnelles. Cet atelier hebdomadaire vise à vous aider à mieux gérer vos tâches et vos expériences quotidiennes.

14h 30 à 15h 30 Détente créative

Venez vous détendre en participant à une activité de coloriage relaxante.

13h 00 à 14h 30 Club des femmes / Jeux de société

Un espace sécurisé pour venir apprendre, discuter et socialiser ensemble. Venez participer à des discussions et à des activités amusantes. Un espace où vous pouvez être la plus authentique possible - chaque femme est toujours la bienvenue ! / Une façon amusante de socialiser et de découvrir de nouveaux jeux de société passionnants avec des amis !

14h 30 à 15h 30 Club de lecture

Un espace pour discuter à propos de vos livres préférés ! Découvrir de nouveaux livres et échanger des idées sur ces livres.

13h 00 à 14h 30 Club de film

Découvrir des nouveaux films, des nouveaux genres et styles de films ! Venez socialiser et participer à des discussions enrichissantes sur chaque film.

14h 30 à 15h 30 Exprimez-vous !

Rejoignez-nous pour cette activité de détente créative. Apprenez à exprimer vos émotions et à noter vos pensées grâce à un journal écrit et visuel. Ceci vous aidera à mieux vous connaître et à améliorer votre bien-être.

13h 00 à 14h 30 Jeux de société

Une façon amusante de socialiser, de se détendre et de découvrir de nouveaux jeux de société passionnants avec des amis !

14h 30 à 15h 30 L'art créatif

Cette activité vise à vous encourager à vous exprimer à travers l'art. Participez à des projets artistiques inspirés par des thèmes !

13h 00 à 14h 00 Bingo

Jouez au bingo entre amis et gagnez des prix !

14h 00 à 15h 30 Sensibilisation de la communauté

Venez connecter avec la communauté et les gens. Apprenez sur les différents acteurs communautaires, développer un réseau pour mieux s'engager. Rattrapez-vous et prenez un café avec de vieux amis.

FERMETURE DU CENTRE à 16h 00

CAMP D'ÉTÉ OMEGA AU CENTRE PLEIN AIR FATIMA

Un des moments forts de l'année fut le séjour au Camp Fatima à Notre-Dame-de-Fatima. Pendant plusieurs jours, 16 membres, accompagnés de deux intervenantes, ont profité d'un environnement naturel propice à la détente et au ressourcement. Canoë, kayak, baignade, randonnées, feux de camp et BBQ ont rythmé cette escapade mémorable qui a permis de tisser des liens profonds entre les participants.

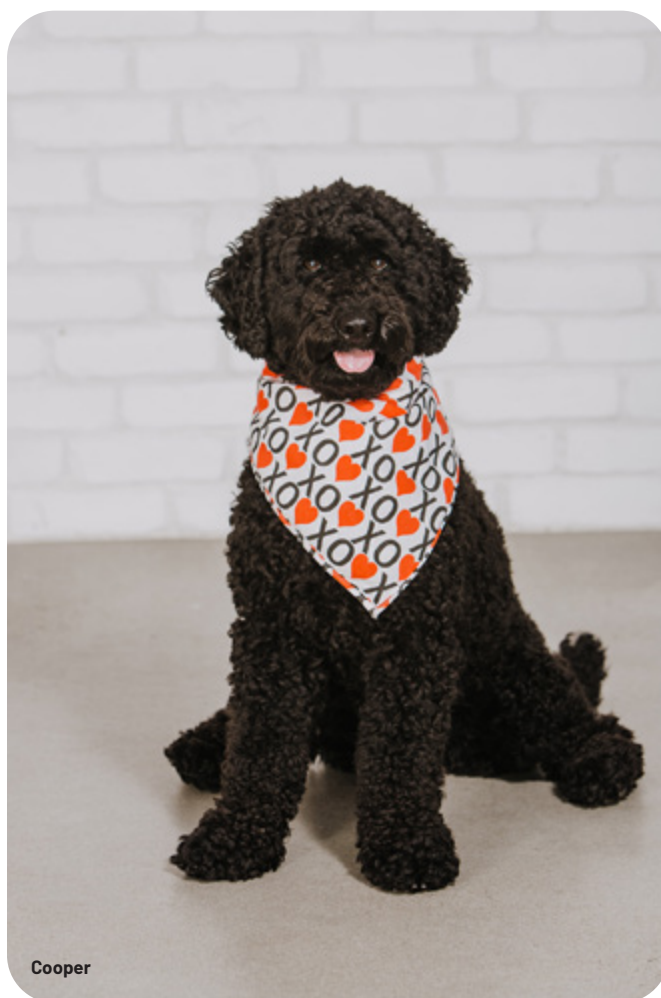


LA ZOOTHÉRAPIE

La zoothérapie est devenue une activité incontournable pour nos membres. Grâce à 12 séances régulières et des sorties spéciales (CAFÉ CHAT, Ferme Quinn, visite d'EDUCAZOO), nous avons cumulé 263 participations. Cooper et Omili, nos deux mascottes, accueillent aussi quotidiennement les visiteurs avec affection.

MUSICOGRAPHIE AVEC JEAN-SÉBASTIEN

La zoothérapie est devenue une activité incontournable pour nos membres. Grâce à 12 séances régulières et des sorties spéciales (CAFÉ CHAT, Ferme Quinn, visite d'EDUCAZOO), nous avons cumulé 263 participations. Cooper et Omili, nos deux mascottes, accueillent aussi quotidiennement les visiteurs avec affection.



PORTRAIT SOCIODÉMOGRAPHIQUE DES MEMBRES AU CENTRE DE JOUR



ÂGE MOYEN :

51 ANS

RÉPARTITION :



38 %

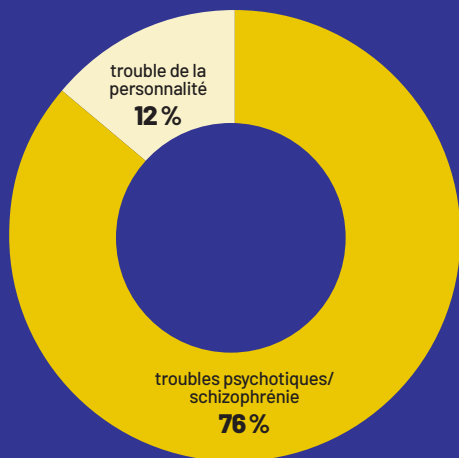
FEMMES



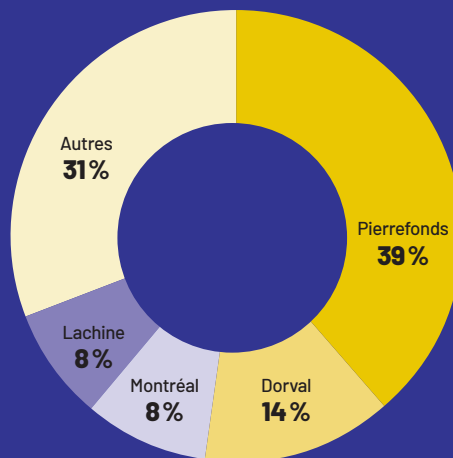
62 %

HOMMES

PRINCIPAUX DIAGNOSTICS :



PROVENANCE :



STATISTIQUES CLÉS



4 613

PARTICIPATIONS AUX **55** ACTIVITÉS
SOCIALES ET RÉCRÉATIVES



333

PARTICIPATIONS À **22** SORTIES
COMMUNAUTAIRES ESTIVALES



1 914

PARTICIPATIONS AUX **23** ACTIVITÉS
THÉRAPEUTIQUES (+37 % VS 2023)

PROGRAMME EMPLOI ÉTUDIANT

Grâce au programme Emploi Été Canada, deux étudiantes, Hailee et Kleo, ont contribué à l'animation de l'été. Musées, excursions à la plage, sorties culturelles ont été au rendez-vous. Leur dynamisme a encouragé la participation et favorisé la cohésion entre les membres.



PROGRAMME ALIMENTAIRE : SOUTENIR LA SANTÉ PAR L'ALIMENTATION

L'insécurité alimentaire touche de nombreuses personnes vivant avec des problèmes de santé mentale. C'est pourquoi notre programme alimentaire joue un rôle central dans nos services. Grâce à une approche inclusive et respectueuse, nous offrons plus que de la nourriture : nous créons des espaces de partage, de dignité et de lien social.

Nos services alimentaires comprennent :

- Repas servis quotidiennement au Centre de jour
- Distribution de paniers de provisions (y compris des paniers de Noël)
- Ateliers de cuisine collective

En 2024-2025, ce programme a permis de :

- Servir **4 286 repas**
- Distribuer **352 paniers** de provisions et **40 paniers** de Noël
- Organiser **42 ateliers** de cuisine collective (**20** avec Corbeille de Pain, **22** sous la formule *All hands in the kitchen*), totalisant **391 participations**

Profil des participants :

- **65 % hommes, 35 % femmes**
- Principales tranches d'âge : **50-69 ans (54 %)**



Partenariat avec Moisson Montréal

Grâce à leur engagement indéfectible, nous avons reçu **9 308 kg de denrées alimentaires**, évaluées à **73 444 \$**. Nous avons participé fièrement à leur événement du 40^e anniversaire, soulignant l'impact immense de leur travail dans la lutte contre la faim. **Moisson Montréal** est bien plus qu'un partenaire : c'est un pilier pour notre communauté.



HOMMAGE MOISSON MONTRÉAL POUR SON 40^{IÈME} ANNIVERSAIRE

En cette soirée de gala du 30 octobre 2024, nous rendons **hommage à Moisson Montréal** à l'occasion de son 40^e anniversaire. Depuis quatre décennies, cette organisation exceptionnelle incarne la solidarité, l'espoir et la générosité en luttant quotidiennement contre l'insécurité alimentaire. Grâce à l'engagement indéfectible de ses bénévoles, partenaires et employés, Moisson Montréal transforme des vies et nourrit l'avenir de notre communauté. Merci pour ces 40 années de dévouement exemplaire — et que votre mission continue d'inspirer encore longtemps.





Crédit photo Catrine Daoust photographie

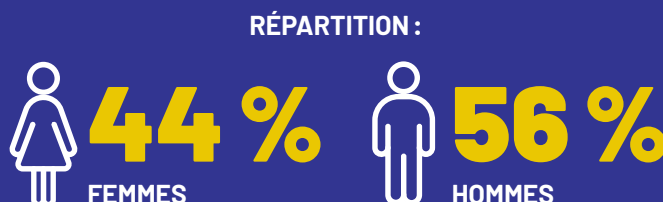


Crédit photo Catrine Daoust photographie

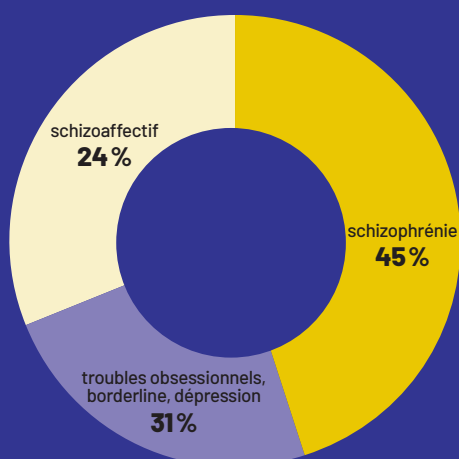
RESSOURCES RÉSIDENTIELLES : UN CHEZ-SOI SÉCURISANT ET ENRICHISSANT

Nos milieux de vie sont conçus pour offrir stabilité, encadrement et autonomie à des adultes vivant avec des troubles de santé mentale. L'accompagnement quotidien de notre équipe favorise la reprise de pouvoir sur leur vie et le développement de leurs capacités personnelles et sociales.

Appartements supervisés situés à Pierrefonds, ces 28 logements de type 3 ½ subventionnés par l'OMHM offrent un cadre de vie sécuritaire avec un accompagnement psychosocial 7 jours sur 7, de 9 h à 22 h.



PRINCIPAUX DIAGNOSTICS :



RÉFÉRENCES PRINCIPALES :



HÔPITAL DOUGLAS
CIUSSS
CLSC

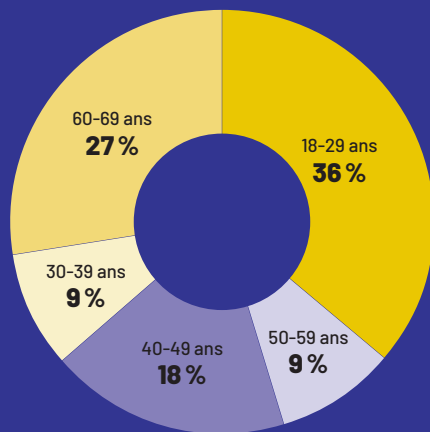
Les résidents bénéficient également d'une salle communautaire animée, de fêtes et d'activités thématiques tout au long de l'année.

FOYER DE GROUPE

Le foyer accueille jusqu'à huit résidents avec un soutien 24/7. En 2024-2025, 12 locataires y ont séjourné pour une moyenne de 120 jours.

L'équipe collabore avec les services externes (SIV, CIUSSS, psychiatres) pour bâtir des plans d'intervention individualisés. L'accent est mis sur l'apprentissage des habiletés de vie, l'autonomie et l'intégration sociale.

ÂGE MOYEN DES LOCATAIRES : 41 ANS



GENRE



VILLE D'ORIGINE

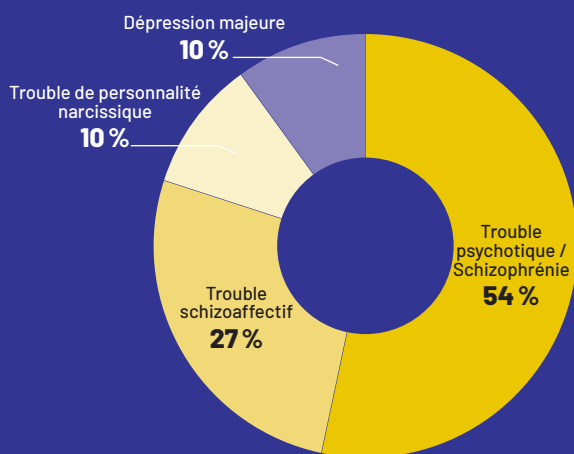


PIERREFONDS : 54 %

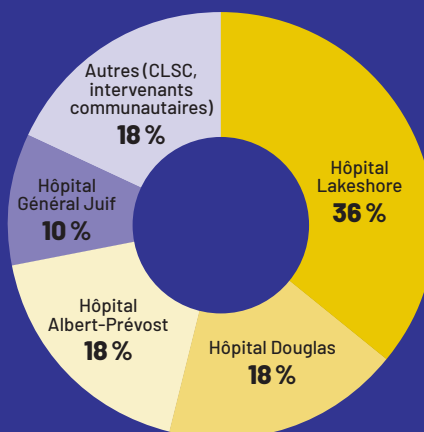
MONTREAL : 36 %

DORVAL : 10 %

DIAGNOSTICS PRINCIPAUX



RÉFÉRENCES



« J'avais perdu espoir avant d'arriver ici. Au foyer, j'ai retrouvé un rythme, une écoute, et surtout, des gens qui croient en moi. »

NATHALIE, RÉSIDENTE

ÉVÉNEMENTS COMMUNAUTAIRES: TISSER DES LIENS DURABLES

CABANE À SUCRE

Sortie annuelle très attendue, notre visite à l'érablière Meunier et Fils a réuni plus de 35 participants dans une ambiance festive et chaleureuse.

SÉCURITÉ ET PRÉVENTION AVEC LE SPVM

Deux ateliers ont été offerts à nos membres par l'équipe du poste de quartier 5, portant sur la cybersécurité, la vigilance dans le quartier, et les arnaques en ligne. 22 personnes y ont participé.

NOËL COLLECTIF AU CENTRE COMMUNAUTAIRE SARTO-DESNOYERS

Grâce à la collaboration de la Ville de Dorval, plus de 50 de nos membres ont pu participer à une grande fête des Fêtes, entourés de partenaires et d'autres organismes communautaires.



ÉVÉNEMENT LIVRES VIVANTS

Organisé à la bibliothèque de Pierrefonds en collaboration avec la Ville, cet événement unique a permis à nos membres de devenir des « livres humains » et de partager leur vécu avec des visiteurs. Une initiative puissante pour briser les préjugés et valoriser les parcours de vie.

LE DEVOIR

Lundi 11 novembre 2024



Photo : Julien Cadena Le Devoir À gauche, Myrna Levine, participante à la bibliothèque vivante, entourée par deux intervenantes en santé mentale, Olivia Pisano et Catherine Champigny

Les bibliothèques humaines se répandent au Québec

Caroline Montpetit

Un proverbe africain dit qu'un vieillard qui meurt, c'est une bibliothèque qui brûle. C'est un peu le principe qui guide le concept des bibliothèques humaines, qui nous vient du Danemark, par lesquelles on peut « emprunter » des gens, ou plutôt les rencontrer, comme on emprunte un livre.

L'histoire commence à des kilomètres d'ici, à Copenhague, au tournant des années 2000. Ronni Abergel, dont un ami a été attaqué au couteau dans un bar de la ville, organise la première bibliothèque humaine, destinée à combattre la violence, dans le cadre d'un concert rock. L'idée, c'est de donner aux gens la possibilité d'entrer en contact avec des personnes auxquelles elles n'ont pas accès autrement, et même contre lesquelles elles ont des préjugés, que ce soient des adeptes du cultisme, des policiers, des réfugiés ou des prostituées. Ces personnes, considérées comme des « livres humains », acceptent de répondre aux questions de chaque lecteur, membre du public, qu'elles empruntent individuellement pour une vingtaine de minutes.

Des rencontres inattendues

L'idée de la bibliothèque humaine était née avec pour slogan : « On ne juge pas un livre à sa couverture. » Depuis, la bibliothèque humaine a fait des petits, et s'est répandue dans plus de 80 pays. Au Québec, des bibliothèques, mais aussi des organisations de toutes sortes, y ont recours pour permettre à des gens de tous horizons, aux expériences les plus variées, de se rencontrer.

Dans l'ouest de l'île de Montréal, la bibliothèque de Pierrefonds se prête à l'exercice depuis deux ans. Le jour de notre visite, elle accueillait des « livres vivants » présentés par le centre de jour Oméga, qui œuvre auprès de personnes souffrant de problèmes de santé mentale. Sur une table à l'entrée, un présentoir propose les livres disponibles. Sur les couvertures, des visages souriants : Nick a eu un diagnostic de bipolarité schizoaffective, Myrna a fait une dépression post-partum au moment de la naissance de son premier enfant, puis a eu un diagnostic de dépression sévère.

Au coin d'une table, Dany, 64 ans, présenté comme schizophrène, attend ses lecteurs en griffonnant des notes de musique dans un calepin. Ces notes, « c'est de la musique que j'entends dans ma tête », dit-il, depuis la fin du secondaire. Après avoir été cacophonique durant des décennies, cette musique s'est graduellement laissée apprivoiser. Il en fait aujourd'hui des chansons. Omniprésente dans sa vie, la musique a été à la fois sa passion et son supplice. « Mon père et ma mère étaient chanteurs d'opéra », raconte-t-il. « Dans ma tête, je n'entendais pas des mots en anglais ou en français, j'entendais des notes. »

À l'école primaire, Dany a pourtant de très bons résultats. « J'ai eu les meilleurs résultats scolaires au Québec », dit-il. C'est à la fin du secondaire que sa vie devient plus difficile. Jusqu'il doit s'occuper de ses frères plus jeunes que lui. « J'étais vraiment déboussolé, raconte-t-il. Mes deux frères plus jeunes prenaient de la drogue, et j'étais capable d'imaginer ce qui se passait dans leur tête. Moi, je ne voulais pas en prendre, je voulais obéir à mes parents. J'étais vraiment très obéissant. Je devais m'occuper du bien-être de mes petits frères pour ne pas qu'ils fassent de mauvais coups. » Puis, graduellement, ce qu'il imagine dans sa tête devient pour lui réalité. « Tout ce que j'avais imaginé, c'est devenu réel pour moi. Je ne voulais pas prendre de drogue, mais je voulais m'imaginer ce que c'était un trip de drogue. C'est ça qui m'a rendu malade. » Son premier épisode de schizophrénie le conduisit à l'hôpital Albert-Prévost à 15 ans.

Dès lors, il joue de la guitare et ne rêve plus que de musique et de spectacles. « Je voulais être Beethoven à 5 ans, un des Beatles à 12 ans et Frank Zappa à 15 ans. Ses frères l'accompagnaient pour un temps, avant de faire leur propre vie. « Je me suis retrouvé sans orchestre », dit-il. Il rencontre pourtant sa femme, une couturière avec qui il vit aujourd'hui, qui s'occupe des finances du couple. « On s'est arrangés pour ne pas avoir d'enfants. On ne voulait pas avoir plein de petits schizophrènes partout », dit-il. Lui-même est allé d'emploi en emploi, ponctués de séjours à l'hôpital, jusqu'à ce qu'une dernière crise, en 2005, le conduise à déclarer forfait. « Je ne sais pas si j'ai fait une erreur, mais, dans ce temps-là, j'avais vraiment peur de continuer parce que ça marchait plus dans ma tête. » Depuis, il fréquente le centre Oméga chaque jour. Ses médicaments l'aident à contrôler sa concentration et sa nervosité. « Sans ça, je ne pourrais rien faire. » Les sons dans sa tête ont fini par se laisser apprivoiser. « Quand j'étais jeune, j'entendais du bruit, dit-il. Maintenant, j'entends des vraies mélodies. »

À la bibliothèque de Pierrefonds, plusieurs personnes qui se présentent auprès d'un livre vivant souffrent elles-mêmes de problèmes de santé mentale ou un de leurs proches en souffre. La rencontre leur permet d'apprivoiser leur propre réalité par l'entremise de celles des autres.

Rompre l'isolement

Emballée par le concept des bibliothèques humaines, Monique Arsenault, aide-bibliothécaire de l'établissement, s'est donné comme mission de répandre cette pratique. « Quand j'ai entendu parler de ça, la bibliothèque humaine, j'ai tout de suite été extrêmement intéressée, dit-elle. Parce que, de nos jours, on est tellement isolés, on est tellement devant nos écrans, on n'est plus entre humains pour partager. »

Steven High est un historien spécialiste de la tradition orale, professeur à l'Université Concordia. Les bibliothèques humaines, dit-il, répondent à un besoin de connexion chez les humains, à une ère où, même s'il est infini, le Web nous confine souvent à nos groupes de semblables. « Le fait d'entrer en contact avec un individu complique les généralisations à propos de certains groupes », reconnaît-il. Il cite comme exemple la fracture sociale observée aux États-Unis, où des groupes entiers s'opposent sans se comprendre. Par ailleurs, remarque-t-il, il faut aussi regarder « qui est choisi comme livre pour la bibliothèque humaine. Est-ce qu'on choisit seulement des gens qui font consensus? ». En histoire orale, par exemple, « on a tendance à faire des entrevues avec des victimes de l'Holocauste, mais pas avec les responsables », dit-il.

L'avantage de la bibliothèque humaine est aussi de permettre aux lecteurs d'aborder quelque chose « au-delà des souffrances », dit-il. Elizabeth Hunt, qui se spécialise dans la participation citoyenne et dans la stimulation du dialogue, a épaulé la bibliothèque de Pierrefonds dans sa démarche. Elle a aussi coordonné les programmes de « l'Université autrement » de l'Université Concordia, qui se déroulent dans les cafés de la ville. « Pour moi, la bibliothèque humaine, c'est une occasion de mettre des gens en relation, pour qu'il y ait une conversation. C'est ce que je trouve vraiment intéressant. »



Livres vivants



Livres vivants

BÉNÉVOLAT : UN ENGAGEMENT QUI FAIT TOUTE LA DIFFÉRENCE

Nos bénévoles sont au cœur de notre mission. Leur présence généreuse et constante renforce notre impact auprès des membres. Cette année, 1855 heures de bénévolat ont été enregistrées, représentant une augmentation impressionnante de 42 % par rapport à l'an dernier.

NOTRE BÉNÉVOLE DE L'ANNÉE

Mort Geller Depuis 2021, Mort, voisin du Centre de jour, consacre chaque semaine de nombreuses heures à aider notre organisme. Il effectue les courses, transporte les denrées de Moisson Montréal, agit comme coursier entre nos services et veille même sur nos installations le soir et les fins de semaine. Il est un exemple inspirant de bienveillance et de fidélité.



UN SOUTIEN INSPIRANT DU SPVM – POSTE DE QUARTIER 5

Nous avons eu le privilège de recevoir un don généreux de la part des agentes et agents du poste de quartier 5 du SPVM. Grâce à une collecte de fonds organisée avec engagement et générosité, ils ont choisi de soutenir notre organisme. Ce geste de solidarité reflète leur profond attachement à la communauté et à la cause de la santé mentale. Nous remercions chaleureusement l'agente Daniela Amorosa, responsable de la collecte, ainsi que le Commandant et toute son équipe. Leur présence et leur implication concrète témoignent de leur dévouement envers le bien-être collectif.



PARRAINAGE CIVIQUE DE LA BANLIEUE DE L'OUEST-DE-L'ÎLE

Dans un esprit de collaboration communautaire, nous avons partagé l'usage de notre véhicule afin de soutenir un organisme voisin. Chaque mois, Parrainage civique de la banlieue de l'Ouest-de-l'Île (PCBO-WICA) utilise notre véhicule pour se procurer des denrées alimentaires auprès de Moisson Montréal. Ce partenariat pratique et solidaire permet de répondre aux besoins urgents des usagers de leur service tout en renforçant les liens entre nos organismes.

BÉNÉVOLAT D'ENTREPRISE

Nous avons accueilli cette année plusieurs entreprises engagées :

- **Pharmascience (3 octobre 2024)** : soutien aux repas au Centre de jour
- **Vertex (17 septembre 2024)** : activité culinaire pour les résidents
- **Fortra (11 octobre 2024)** : préparation d'un repas communautaire apprécié de tous

Ces gestes de solidarité sont des moments précieux de rencontres et de partages humains.





COLLABORATIONS ÉTUDIANTES: APPRENDRE ET CONTRIBUER

Nous croyons à la formation de la relève. Chaque année, nous accueillons des étudiants issus de diverses institutions, qui s'initient au travail communautaire tout en enrichissant notre milieu.

Faculté de médecine de McGill – École des sciences infirmières Ingram

De janvier à avril 2025, dix étudiants ont animé 11 séances éducatives portant sur la santé, le bien-être et les soins. Ces rencontres ont rejoint **55 participants**, pour un total de **138 participations**.

Cégep John Abbott

Partenariat de plus de vingt ans se poursuit avec enthousiasme. En 2024-2025, quatre étudiants ont contribué activement aux activités du Centre de jour :

- Session automne 2024 : Altea Kaouk, Benissa Iconzi, Viana Meliki
- Session hiver 2025 : Cédric Rhéaume, Yugi Reyes

Cégep de Maisonneuve – Techniques policières

Une étudiante a effectué un stage de 8 heures dans nos ressources, découvrant la réalité de notre clientèle adulte en santé mentale.



DÉVELOPPEMENT PROFESSIONNEL : OUTILLER NOTRE ÉQUIPE

La qualité de nos services repose sur une équipe bien formée. Nous investissons chaque année dans le développement de nos employés pour assurer des interventions sécuritaires, actuelles et adaptées.

En 2024-2025 : 763 heures de formation ont été suivies.

FORMATIONS OFFERTES :

- Actes délégués – Supervision de la médication (Hôpital Douglas)
- Premiers soins (Formation Langevin)
- Intervention en psychose (Société québécoise de la schizophrénie – sessions virtuelles)
- Intervention interculturelle et psychosocial (Centre St-Pierre)
- Art comme outil de transformation sociale, Sentiment d'impuissance, ABC de l'intervention, et plus encore
- Formation spéciale sur l'intelligence artificielle (IA) adaptée aux organismes communautaires comme le vôtre ! Offert par **PARTAGE ACTION**



REMERCIEMENTS À NOS PARTENAIRES

Nous tenons à exprimer notre profonde gratitude à tous les partenaires, donateurs, institutions et entreprises qui croient en notre mission et contribuent à son rayonnement.

MERCI À :

- Moisson Montréal
- SPVM – Poste de quartier 5
- Ville de Dorval, Ville de Pierrefonds
- Centre communautaire Sarto-Desnoyers
- Les institutions scolaires : McGill, John Abbott, Cégep de Maisonneuve
- Les partenaires communautaires : Centre Bienvenue, Les Amis de la santé mentale, Centre de crise de l'Ouest-de-l'Île, Corbeille de pain
- PME MTL, Fondation ECHO, Table de concertation en santé mentale de l'Ouest-de-l'Île, Pépinière des Sources
- Donateurs individuels et anonymes qui nous soutiennent avec constance

Votre appui est inestimable. Grâce à vous, Omega peut poursuivre sa mission, innover, accueillir, nourrir et accompagner chaque personne avec dignité.

CONCLUSION

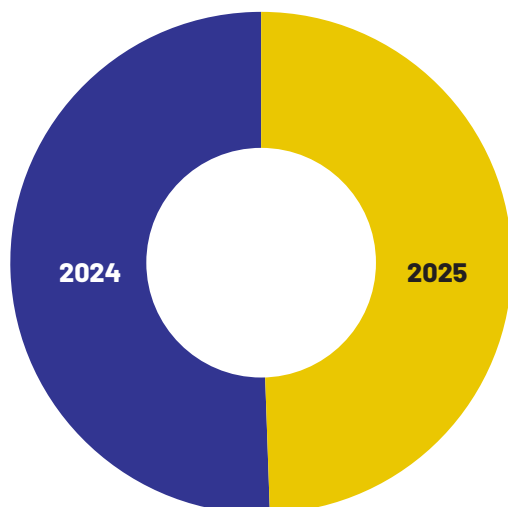
En rétrospective, l'année 2024-2025 aura été marquée par des défis surmontés, des projets porteurs et un engagement collectif inspirant. Plus que jamais, nous avons vu combien la solidarité, l'écoute et l'action communautaire transforment des vies.

À vous tous qui marchez à nos côtés : membres, employés, partenaires, donateurs, amis... merci.

Continuons ensemble à bâtir un monde plus humain, un geste à la fois.

ÉTATS FINANCIERS 2024-2025

EXERCICE TERMINÉ LE 31 MARS 2025

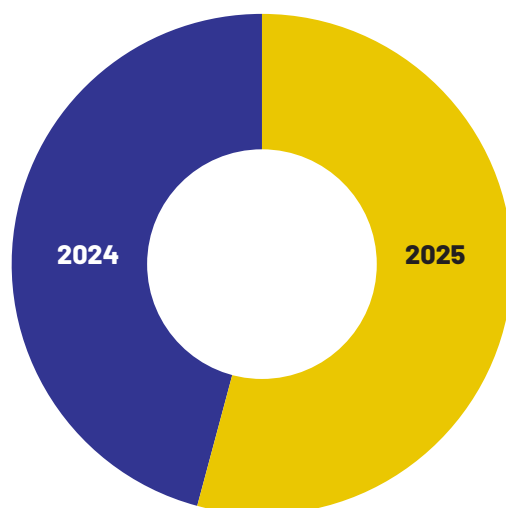


PRODUITS

	2025	2024
ASSSM - financement régulier	777 697 \$	744 453 \$
ASSSM - projet d'habitation et autres	41 010	52 730
Hôpital Douglas	115 080	110 230
Chambre et pension	46 362	62 631
Fondation Echo -		25 000
Partage Action de l'Ouest-de-l'Île	35 000	40 000
Administration	18 000	18 000
Subvention fédérale programme d'été	9 837	9 519
Dons	8 694	11 644
Autres	4 264	2 260
Intérêts	11 665	9 713

CHARGES

	2025	2024
Salaires et charges sociales	871 232	707 536
Loyer	48 121	48 121
Réparations et rénovations	29 434	28 711
Nourriture	11 359	17 017
Fournitures de bureau	21 705	12 196
Fournitures d'entretien	39 818	40 361
Développement du système informatique	10 153	9 947
Télécommunications	15 798	12 214
Programmes et activités	9 653	10 083
Événements spéciaux	24 620	16 028
Assurances	7 898	8 039
Honoraires professionnels	17 205	11 506
Relations publiques	8 353	5 751
Développement professionnel	6 853	2 203
Contrats de service	8 325	8 067
Énergie	3 869	3 950
Déplacements	7 480	10 924
Divers	5 888	5 230
Mauvaises créances	-	1 035
Programme à l'emploi	1 560	1 560
Amortissement des immobilisations corporelles	23 461	21 466



**EXCÉDENT DES PRODUITS SUR LES CHARGES
(DES CHARGES SUR LES PRODUITS)**

	2025	2024
	1 172 785	981 945
	(105 176) \$	104 235 \$





RESSOURCES COMMUNAUTAIRES OMEGA

600, avenue de l'Église
Dorval, Québec H9S 1R3
514 631-2760

omegacenter.org



RESSOURCES COMMUNAUTAIRES OMEGA
OMEGA COMMUNITY RESOURCES