

Le
Traversier



**RAPPORT ANNUEL
2025-2026**

TABLE DES MATIÈRES

MOT DES ADMINISTRATEURS.....	3
MOT DE LA DIRECTRICE.....	4
LE TRAVERSIER, D’HIER À AUJOURD’HUI	5
LE CONSEIL D’ADMINISTRATION	9
PORTRAIT DE LA CLIENTÈLE.....	10
RAPPORT DES ACTIVITÉS 2025-2026	15
LE COMMUNAUTAIRE À BOUTTE	19
COUPS DE COEUR DE L’ANNÉE	21
LE TRAVERSIER ET SES PARTENAIRES.....	24
LE PLAN D’ACTION 2026-2027	25
LE MOT DE LA FIN.....	26

MOT DES ADMINISTRATEURS

L'année qui vient de se terminer a été particulièrement mouvementée. Malgré ces épreuves, Le Traversier a poursuivi sa mission avec détermination et a continué d'offrir des services diversifiés visant le maintien d'une bonne santé mentale et l'amélioration de la qualité de vie de nos membres.

Nous tenons à souligner le travail exceptionnel de Shanaz et de Cédric qui, malgré les difficultés, ont su tenir le phare et assurer la continuité des activités ainsi que le soutien auprès des membres. Leur engagement, leur dévouement et leur persévérance méritent toute notre reconnaissance. Nous leur levons notre chapeau pour le travail remarquable accompli au cours de cette année.

Nous souhaitons également remercier l'ensemble de l'équipe de travail ainsi que les membres du conseil d'administration pour leur engagement, leur disponibilité et leur soutien constant. Grâce à leur implication et à leur confiance envers la mission du Traversier, notre organisme a pu traverser cette année exigeante avec résilience et solidarité.

Cette année a également été marquée par le développement de précieux partenariats avec des organismes de notre communauté, notamment Maternaide et la Maison citoyenne. En collaboration avec ces partenaires, nous avons eu le privilège de proposer des ateliers portant sur la santé mentale des pères, permettant d'aborder les défis liés à la parentalité, de favoriser les échanges et de sensibiliser davantage à l'importance du bien-être psychologique des pères et de leur famille.

Nous sommes également fiers d'avoir remis en place un nouveau groupe, Les Entendeurs de voix, qui répond à un besoin important exprimé par nos membres. Ce groupe offre un espace sécuritaire et bienveillant où les participants peuvent partager leurs expériences, briser l'isolement et trouver du soutien dans une approche basée sur l'écoute, le respect et le rétablissement.

Chaque défi rencontré cette année nous rappelle l'importance de notre mission : informer, sensibiliser, accompagner, briser l'isolement et soutenir le rétablissement des personnes que nous desservons. Grâce à l'engagement de notre équipe, de nos bénévoles, de nos partenaires et de nos membres, nous poursuivons notre route avec confiance et espoir.

Au nom du conseil d'administration, nous remercions chaleureusement toutes les personnes qui contribuent, de près ou de loin, à faire du Traversier un milieu accueillant, humain et porteur d'espoir.

MOT DE LA DIRECTRICE

Chers membres du Traversier,

C'est avec beaucoup de joie et d'enthousiasme que je m'adresse à vous en cette période de bilan. Ce fut une belle année intense et riche qui a commencé par un temps de réflexion avec le conseil d'administration lors de la journée de planification stratégique qui a eu lieu le 8 avril 2025. Cette journée nous a permis de réfléchir à la direction que nous souhaitons prendre pour notre organisme et de poser les bases pour les prochaines années. Il en est ressorti qu'autant nous souhaitons prendre soin de notre milieu de vie pour les membres qui le côtoient quotidiennement, autant nous désirons investir plus de temps dans le volet promotion et prévention de la santé mentale positive afin de rejoindre plus largement la population que couvre notre territoire. La conclusion de cette journée de réflexion se résume parfaitement dans notre nouvelle raison qui se définit comme suit : "Évoluer collectivement vers une santé mentale positive".

Pour ce faire, nous avons travaillé tout au long de l'année de concert avec le conseil d'administration et l'équipe de travail afin d'atteindre les buts que nous nous sommes fixés. Le rapport d'activités explicitera encore davantage l'étendue de ce que nous avons offert en 2025-2026, mais c'est avec fierté que je termine cette année qui aura avant tout été l'occasion de nous mettre debout et de tisser des liens encore plus serrés avec le monde du communautaire.

Je tiens ici à remercier les membres du conseil d'administration pour leur temps et leur soutien indéfectible. Merci pour votre présence et votre implication qui soutiennent la vie démocratique de l'organisme et l'engagement dans la défense de nos droits afin d'assurer la pérennité du Traversier.

Un immense merci également à mon équipe de travail qui a su braver les vagues qui n'ont pas manqué cette année. Même lorsque nos forces ont baissé par moments, vous avez tenu le coup et nous avons réussi ensemble à traverser les orages. Un merci tout particulier à Cédric, qui est toujours là pour moi !

Pour finir, merci à vous chers membres qui avez maintenu votre confiance et votre lien malgré les changements et les perturbations que nous avons subi.

Merci à tous pour cette année !

Shanaz Moussa, Directrice générale

LE TRAVERSIER, D'HIER À AUJOURD'HUI

➤ La création et l'évolution de l'organisme

Fondé en novembre 1988 par Madame Louise Foley, Le Traversier était à son origine un espace d'accueil pour les personnes ex-psychiatisées de la communauté trifluvienne. Sa création a fait suite au mouvement de désinstitutionalisation débuté au Québec au tournant des années 1960. Néanmoins, il faudra attendre le 25 avril 1989 pour qu'il reçoive officiellement son sceau d'incorporation, sous l'appellation : **Le Traversier, service d'entraide aux personnes ex-psychiatisées**.

En 2002, soit 13 ans plus tard, l'organisme a obtenu un mandat supplémentaire, celui de centre de jour. À cet effet, au-delà de son mandat originel de susciter et de favoriser l'entraide auprès des personnes vivant avec des troubles de santé mentale, Le Traversier a commencé à offrir une sélection d'activités de centre de jour ayant des visées thérapeutiques. Les locaux et la clientèle sont demeurés les mêmes qu'à l'origine, mais l'organisme lui continue de grandir. À ce changement de typologie s'est superposé un changement d'appellation, donnant jour à **Le Traversier, Centre de jour et d'entraide en santé mentale**.

L'année 2024 marque un point de bascule pour l'organisme au travers de deux événements d'importance : 1/ la fusion des subventions versées par le PSOC, qui incorpore le mandat de centre de jour dans la mission de l'organisme ; 2/ un changement de typologie, visant à mieux représenter les transformations de l'organisme. À partir de ce moment, Le Traversier devient un **milieu de vie en santé mentale** dont le cœur est de susciter l'entraide, de briser l'isolement et de développer l'autonomie et l'équilibre de vie des personnes vivant avec des enjeux de santé mentale. Par la même, il incarne un lieu de socialisation et d'implication qui favorise le maintien et le développement de saines habitudes de vie.

La croyance centrale du Traversier est que **chaque être humain a droit à la dignité, et ce peu importe sa condition**. En ce sens, quiconque souhaite fréquenter l'organisme est assuré de recevoir un accueil respectueux, chaleureux et inconditionnel.



➤ Le logo, plus qu'une identité visuelle

Au même titre que notre nom, notre **logo** fait partie intégrale de notre identité et renforce le sens de notre vision : il représente la progression, le passage d'une étape à une autre, le cheminement personnel.

La courbe bleu (qui va en s'élargissant) symbolise l'utilisateur dans son évolution. La courbe jaune (qui rétrécit) symbolise le soutien apporté par l'organisme, de moins en moins présent, mais toujours là pour aider l'utilisateur qui est de plus en plus autonome.

➤ Le siège social et l'unité mobile

Le siège social et unique point de service du Traversier est une maison située au 2096 *avenue des Filles-de-Jésus* à Trois-Rivières. C'est dans ces locaux que sont organisées la majeure partie des activités offertes aux membres. En parallèle, depuis novembre 2023, Le Traversier dispose d'une unité mobile, c'est-à-dire une caravane aménagée en centre de services mobile. Cette dernière fut inaugurée à l'occasion du 35^{ème} anniversaire de l'organisme, avec pour principal objectif de répondre plus adéquatement aux besoins des gens vivant avec des enjeux et troubles de santé mentale sur le reste de son territoire.

➤ Promotion et communication

En accordance avec nos objectifs de lutte contre la stigmatisation et de promotion de la santé mentale positive, au Traversier nous avons à cœur de proposer des activités de promotion et de représentation à l'externe. Ces dernières peuvent prendre plusieurs formes (conférences et formations en santé mentale, activités de sensibilisation, collaborations avec les partenaires, etc.) et visent à faire de l'éducation populaire, mais également à répondre aux besoins de nos partenaires.

➤ Les approches

La principale approche mise en avant par Le Traversier est **l'approche du rétablissement en santé mentale**, qui est axée sur l'autonomie de la personne. La définition sur laquelle se base notre organisme est celle formulée par Le Pavois, qui se compose des 8 éléments suivants :

1. **Entretenir l'espoir**
2. **Choisir de se faire plaisir**
3. **Cultiver l'amour de soi**
4. **Reprendre du pouvoir sur sa vie**
5. **Se définir en fonction de sa réalité actuelle**
6. **Développer des pensées, des paroles, des actions et des émotions positives**
7. **S'entraider et développer un bon réseau social**
8. **Découvrir et appliquer ses propres stratégies d'adaptation**

Il existe une grande variété d'approches et de techniques d'intervention en rétablissement. En ce sens, au Traversier nous avons à cœur d'offrir des activités diversifiées visant à favoriser le plein potentiel de chaque personne et de l'accompagner dans une démarche de connaissance de soi et de réappropriation de son pouvoir d'agir.

Nos membres sont ainsi encouragés à reconnaître leurs compétences personnelles et à se réapproprier leurs forces afin d'acquérir une meilleure confiance en soi. Ultimement, le but de notre organisme est de **briser l'isolement** et d'**améliorer la qualité de vie** de nos usagers.

➤ Le milieu de vie et les activités offertes par l'organisme

Ouvert du lundi au jeudi de 13h à 16h, Le Traversier offre un milieu de vie dynamique et accueillant à ses membres. La fréquentation de l'organisme se fait sur base **volontaire, libre et autonome**. Les membres peuvent ainsi s'y présenter lorsqu'ils le désirent, et ce, généralement sans inscription préalable nécessaire.

Les quelques activités nécessitant une inscription comportent une question de logistique justifiant un nombre limité de places. Ces dernières sont toujours communiquées d'avance aux membres pour leur laisser le temps nécessaire de s'inscrire, sinon le milieu de vie demeure toujours accessible aux personnes désirant participer aux activités libres.

Les **personnes non-membres**, désireuses d'en apprendre plus sur l'organisme, sont accueillies en tout temps afin de leur faire **visiter la ressource** et leur **présenter les services offerts**. Les accompagnateurs sont acceptés lors de cette première visite pour faciliter la prise de contact.

➤ L'équipe

Pour réaliser sa mission, Le Traversier compte sur une équipe qui a à cœur la cause de la santé mentale et qui s'investit au quotidien pour accompagner au mieux les membres de l'organisme dans leur démarche de rétablissement.

À cet effet, et pour offrir cette richesse dans notre offre de services, les intervenants de l'équipe endossent de **nombreux rôles** au sein de l'organisme :

- Ils planifient la programmation mensuelle en partenariat avec la direction et le coordonnateur clinique ;
- Ils font de l'écoute téléphonique de 9h à 12h et du référencement aux membres qui en font la demande ;
- Lorsqu'ils participent aux activités d'entraide, ils mettent en avant la force du groupe pour susciter la mise en commun, l'échange, le partage des expériences et des connaissances entre pairs. Ils sont dans une posture de soutien au groupe mais ce sont les pairs qui coconstruisent et vivent l'entraide.
- Lorsqu'ils montent et animent des activités de centre de jour, ils s'assurent de répondre au besoin des membres participants. Ils sont alors garants du cadre et du bon déroulement de l'activité.
- Etc.

Sur le terrain, les intervenants sont la plupart du temps en **binôme**, ce qui permet d'avoir toujours un intervenant de libre si un membre a un besoin d'écoute ponctuelle.

Ponctuellement, les intervenants peuvent également être amenés à participer aux **activités organisées chez les organismes partenaires de notre territoire** (activités de discussion sur la santé mentale, animation de groupe, etc.).

Au 31 mars 2026, l'équipe de travail se compose de :

Madame Shanaz Moussa - Directrice Générale
Monsieur Cédric Tessier – Coordonnateur clinique
Madame Véronique Pellerin – Intervenante sociale
Madame Carol Ann Boulet – Intervenante sociale
Madame Stéphanie Charest – Pair-aidante en santé mentale
Monsieur Guy Prince – Concierge

La question de l'embauche et de la rétention du personnel a cette année encore été centrale pour assurer le bon fonctionnement d'un organisme comme Le Traversier. Cette année nous avons su trouver une certaine stabilité dans l'équipe d'intervention grâce à une équipe d'intervenantes embauchées à temps partiel. Ainsi, malgré les récents changements au sein de notre équipe d'intervention, nous avons su faire preuve d'une grande capacité d'adaptation pour continuer d'offrir des services et des activités de qualité à nos usagers.

En parallèle des journées de formation et de réflexion faites en interne, nous avons pu offrir des formations à l'équipe de travail:

- La formation de prévention du suicide dispensée par le Centre de prévention du suicide l'Accalmie a été suivie par les employées à temps plein;
- La formation M3i Essentiel dispensée par le Cégep de Trois-Rivières a été suivie par le coordonnateur clinique Cédric Tessier et la directrice générale Shanaz Moussa afin de renforcer leurs connaissances en gestion des ressources humaines;
- La formation de pair-aidance en santé mentale dispensée par l'AQRP a été offerte à madame Stéphanie Charest qui a par la suite été embauchée en février 2026. Dans son rôle de pair-aidante en santé mentale, elle a été un soutien non-négligeable dans cette période de transition et un atout important dans l'équipe d'intervention.

➤ Nos bénévoles

Nous souhaitons remercier nos membres qui se sont impliqués bénévolement durant la dernière année lors d'activités spéciales ou durant les activités proposées dans la programmation courante. Nos bénévoles sont à la fois des membres actifs et des personnes issues de la communauté qui désirent donner un peu de leur temps à notre organisme car elles savent combien prendre soin de notre santé mentale est cruciale. Le bénévolat est un réel atout pour notre organisme et nous sommes très reconnaissants du soutien apporté par nos bénévoles.

Les premiers bénévoles sont nos administrateurs. En effet, à titre d'organisme communautaire autonome, la gouvernance du Traversier est assurée par un conseil d'administration indépendant du réseau public, composé de sept administrateurs, issus de la communauté mais également des membres fréquentant l'organisme.

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Le conseil d'administration représente la première instance décisionnelle de l'organisme. Élus en assemblée générale, les administrateurs ont pour responsabilités principales de définir la vision de développement du Traversier, d'assurer le suivi des états financiers et de s'assurer de la bonne gestion des fonds publics.

Chaque année, dans l'intention d'entretenir une vie associative et démocratique saine au sein de notre organisme, un atelier d'information sur les rôles et responsabilités des membres du conseil d'administration est proposé à l'ensemble de nos membres dans les semaines précédant notre assemblée générale annuelle. Cet atelier donne l'occasion de présenter à nos membres le fonctionnement d'un conseil d'administration ainsi que ce qui est attendu des administrateurs au niveau de l'engagement et des responsabilités. Le système mis en place pour l'élection des administrateurs est aussi expliqué. Ceci permet aux membres de poser toutes les questions utiles pour avoir un niveau de compréhension suffisant avant la tenue de l'assemblée générale annuelle. Les administrateurs, membres actifs, ayant un mandat en cours sont invités à venir témoigner de leur rôle au sein du conseil d'administration. Lorsque le conseil d'administration est constitué, un guide est remis à chaque administrateur lors de la première réunion. Ce document contient les documents essentiels à la réalisation de leur mandat.

Les membres du conseil d'administration s'impliquent aussi à plusieurs niveaux au sein de l'organisme, par exemple dans la participation à certaines activités spéciales tel que le repas de Noël, la Saint-Jean-Baptiste, la promotion de l'organisme dans leurs milieux respectifs, la représentation de l'organisme auprès des partenaires, etc.

Au 31 mars 2026, les administrateurs en poste sont :

Présidence - Catherine Durrer
Vice-présidence - Matthieu Verret
Trésorière - Sara-Kim Lafontaine
Secrétaire - Monsieur Cédric Tessier (représentant du personnel)
Administratrice - Catherine Gendron
Administratrice – Kellyanne Desjardins
Administratrice – Diane Marin

Entre le 1er avril 2025 et le 31 mars 2026, le conseil a tenu une assemblée générale des membres le 26 juin 2025 (26 présences) et s'est réuni six (6) fois durant l'année, aux dates suivantes : 22 mai / 26 juin / 10 juillet / 9 septembre / 19 novembre / 13 janvier.

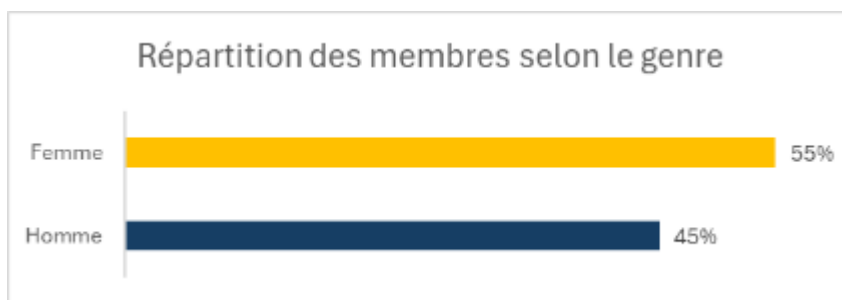
Merci aux administrateurs du conseil d'administration d'être présents dans le quotidien de l'organisme. Nous apprécions votre présence et votre aide lors des activités spéciales. Nous soulignons votre implication à la promotion et au rayonnement de notre organisme. Nous vous remercions de prêter l'oreille aux commentaires des employés et des membres pour un Traversier toujours plus actuel. Merci de votre grand dévouement à la cause de la santé mentale.



PORTRAIT DE LA CLIENTÈLE

Les graphiques suivants offrent un portrait global de la clientèle du Traversier au cours de la dernière année. Ces derniers sont basés sur les statistiques recueillies par l'équipe et concerne aussi bien les usagers fréquentant le milieu de vie de Trois-Rivières, que les personnes rejointes durant les activités en externe.

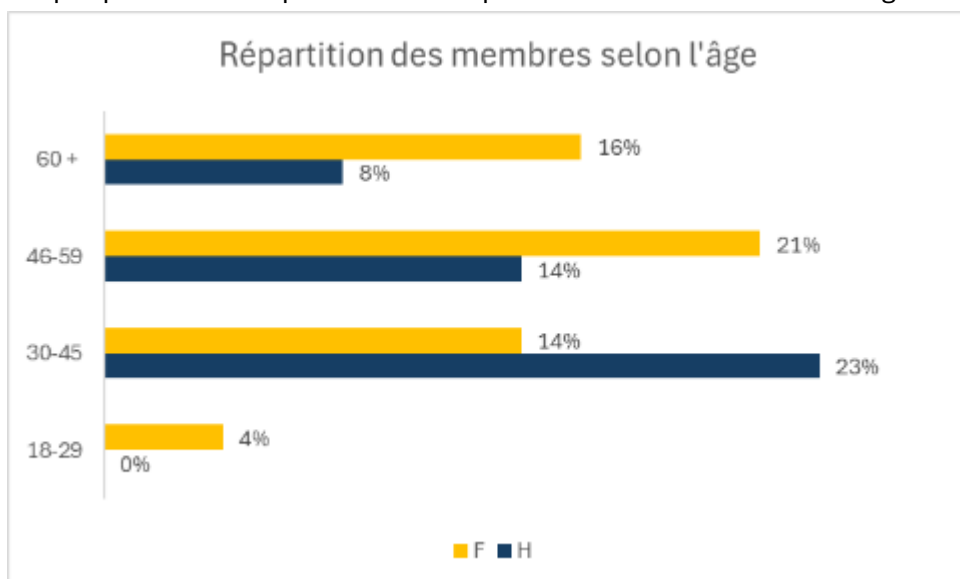
Graphique 1 : Statistiques liées à la répartition des membres selon le genre



Au cours de l'exercice 2025-2026, les membres du Traversier étaient composés à 55% de femmes et de 45% d'hommes. Ces données nous montrent que la répartition de la clientèle de l'organisme est assez équilibrée, malgré une proportion légèrement plus élevée de femmes. Ce sont des résultats encourageant compte tenu de la plus forte stigmatisation de la santé mentale chez les hommes.

Pour l'exercice 2026-2027, il serait pertinent d'**étendre notre offre de services pour rejoindre un plus grand public masculin**. Il pourrait également être intéressant de collaborer avec d'autres organismes de la région, notamment ceux orientés spécifiquement vers les hommes.

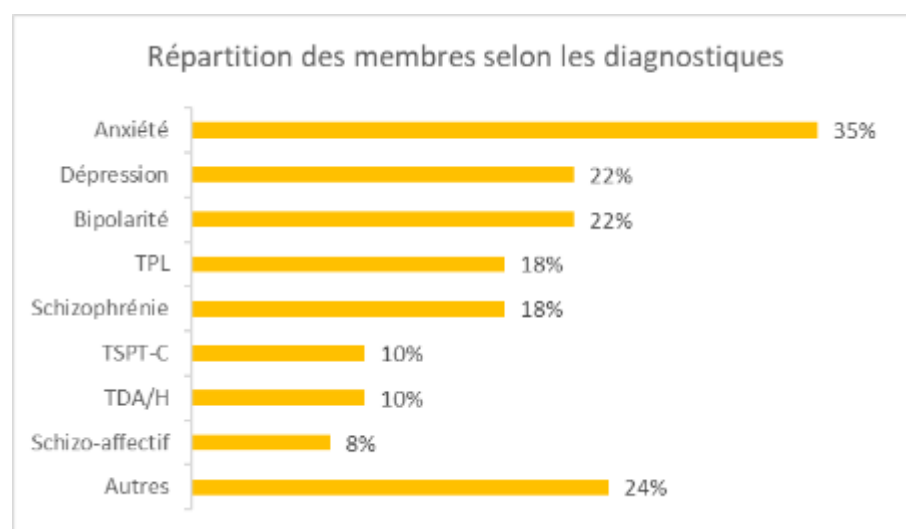
Graphique 2 : Statistiques liées à la répartition des membres selon l'âge



Au cours de l'exercice 2025-2026, la clientèle du Traversier se répartissait principalement dans deux tranches d'âge : les 30-45 ans et les 45-59 ans. La tranche des 30-45 ans représentait un total de 37% de la clientèle et était composée de 23% d'hommes et de 14% de femmes. La tranche des 45-59 ans représentait quant à elle 35% de la clientèle et était composée de 14% d'hommes et de 21% de femmes. La troisième plus grande tranche d'âge était celle des 60 ans et plus, représentant 24% de la clientèle, avec une composition de 16% de femmes et de 8% d'hommes. Enfin, en minorité, nous retrouvons la tranche des 18-29 ans représentant le 4% restant et composée uniquement de femmes.

Ces données nous indiquent que notre organisme rejoint majoritairement une clientèle âgée de minimum 30 ans. Pour l'exercice 2026-2027 ainsi que pour les futures années, il sera essentiel de **diversifier l'offre de services afin de pouvoir rejoindre un public plus jeune**. Il est possible que nos activités actuelles ne répondent pas à leurs besoins et/ou ne rejoignent pas leurs intérêts. Il pourrait être pertinent de collaborer avec les institutions d'enseignement de la région (Université du Québec à Trois-Rivières, Centre de formation professionnelle Bel-Avenir, Cégep de Trois-Rivières, Collège Laflèche, etc.) pour faire connaître notre ressource et rejoindre davantage de jeunes adultes.

Graphique 3 : Statistiques liées à la répartition des membres selon les diagnostics

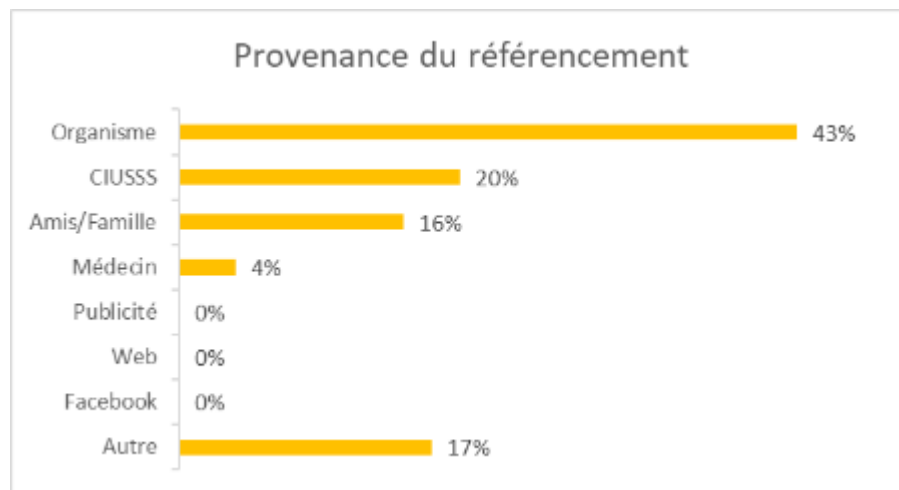


Au cours de l'exercice 2025-2026, la clientèle du Traversier pouvait être répartie entre 8 principaux diagnostics et une catégorie "autres" (à noter que les données peuvent recouper plusieurs diagnostics pour un seul usager). Les diagnostics prédominants étaient l'anxiété, la dépression, la bipolarité, le trouble de la personnalité limite et la schizophrénie. Nous retrouvons également une forte proportion d'autres diagnostics et/ou de non-diagnostics (24%).

Étant donné qu'au Traversier nous ne travaillons pas à partir du diagnostic des usagers et que celui-ci n'est pas obligatoire, **ces données servent principalement à documenter la composition de notre clientèle** mais ne guideront pas nécessairement notre plan d'action pour l'exercice 2026-2027. Dans le cas où notre équipe d'intervention constate un besoin particulier

auprès de l'une de ces clientèles, elle pourra mettre en place des groupes et activités spécifiques (par exemple : groupe de soutien pour les entendeurs de voix).

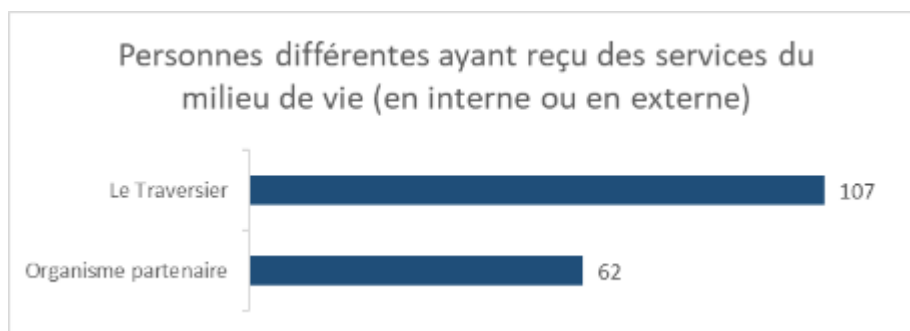
Graphique 4 : Statistiques sur la provenance du référencement



Au cours de l'exercice 2025-2026, la majorité des référencement d'utilisateurs provenaient d'autres organismes (43%). À proportion égale, deux autres importantes sources de référencement étaient le CIUSSS (20%) et les amis/la famille des personnes (16%). Et, en minorité, nous avons eu quelques référencement de la part de médecins (4%). Nous avons également dénombré 17% de nos référencement provenant d'autres sources. Nous n'avons reçu aucun référencement à partir de nos activités publicitaires, de notre site internet, ni de nos réseaux sociaux.

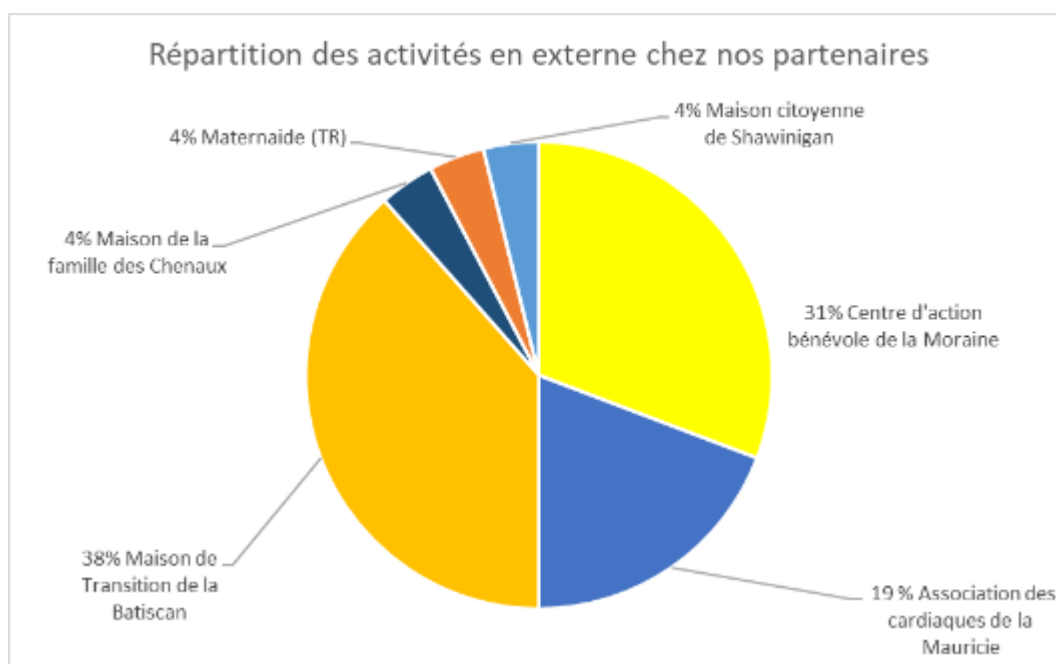
Ces données nous indiquent que notre membrariat dépend essentiellement des référencement d'autres organismes communautaires, du CIUSSS et des amis/de la famille des personnes. Pour l'exercice 2026-2027, il serait pertinent de **revoir nos stratégies de communication et de promotion pour optimiser notre visibilité auprès du grand public** et pouvoir, par extension, rejoindre de potentiels nouveaux membres. Il est fort probable qu'une grande partie de la population ne connaisse pas l'existence de notre organisme et/ou ne sont pas correctement informés des services que nous proposons. En parallèle de nos actions de lutte contre la stigmatisation et de promotion de la santé mentale positive, il sera donc important de faire davantage d'activités de promotion de nos services.

Graphique 5 : Statistiques des personnes différentes ayant reçu des services du milieu de vie



Au cours de l'exercice 2025-2026, Le Traversier a offert des services à 107 personnes différentes au sein du milieu de vie, et à 62 personnes différentes chez des organismes partenaires. Pour l'exercice 2026-2027, il sera essentiel de continuer nos **collaborations avec les organismes de la région** et autres partenaires pour rejoindre davantage de personnes.

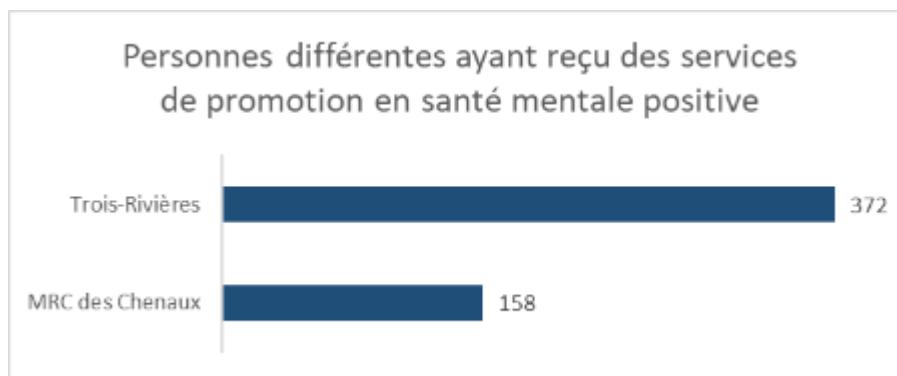
Graphique 6 : Statistiques liées à la répartition des activités en externe chez nos partenaires



Au cours de l'exercice 2025-2026, les données relatives à nos activités en externe se divisent entre 6 partenaires. Les trois plus importants furent la Maison de Transition de la Batiscan (38%), le Centre d'action bénévole de la Moraine (31%) et l'Association des cardiaques de la Mauricie (19%). Les 12% restants de nos activités en externe se répartissent de façon égale entre la Maison de la famille des Chenaux, Maternaide (TR) et la Maison citoyenne de Shawinigan, qui sont de nouveaux partenaires sur l'année 2025-2026.

En nous basant sur la planification stratégique que nous avons réalisée en avril 2025, ces résultats atteignent les objectifs que nous nous étions fixés en termes de partenariats. Pour l'exercice 2026-2027, notre but sera de **maintenir ces collaborations** et d'organiser davantage d'activités en externe pour rejoindre, idéalement, **5 partenaires supplémentaires**.

Graphique 7 : Statistiques des personnes différentes ayant reçu des services de promotion en santé mentale positive



Au cours de l'exercice 2025-2026, nous avons offert des services de promotion en santé mentale positive à 372 personnes différentes dans le secteur de Trois-Rivières, et à 158 personnes différentes dans le secteur de la MRC des Chenaux. Cela représente un total de 530 personnes rejointes au cours de la dernière année.

Pour l'exercice 2026-2027, notamment au regard de nos objectifs fixés dans notre planification stratégique, il sera important de **continuer nos services de promotion en santé mentale positive**, mais également de mettre en place de **nouvelles collaborations** pour rejoindre un plus grand public.

RAPPORT DES ACTIVITÉS 2025-2026

Les **activités de socialisation** regroupent des activités où se réunissent des pairs afin de susciter la mise en commun, l'échange, le partage des expériences et des connaissances.

Les **activités de rétablissement**, quant à elles, ont pour but de développer et de maintenir le potentiel personnel de nos membres actifs dans la réponse à leurs besoins en lien avec la santé mentale, à les responsabiliser vis-à-vis du développement et du maintien de saines habitudes de vies et à favoriser leur capacité à jouer un rôle de citoyen actif.

Les **activités de promotion en santé mentale positive** visent à faire de l'éducation populaire auprès du grand public et de nos partenaires et, par extension, de participer à la lutte contre la stigmatisation. Ces activités peuvent prendre diverses formes (conférences, activités en externe, etc.) selon les objectifs visés et peuvent même débouchés sur des collaborations.

➤ Activités de socialisation

Description : Accueil, discussions informelles, témoignages, écoute, partage entre pairs, accompagnement des nouveaux membres, activités physique, jeux de groupe, artisanat, visionnements, karaoké, initiation à la cuisine et plus encore! Quant à elles, les sorties et activités spéciales visent davantage à intégrer les usagers dans des moments de la vie quotidienne et/ou associative.

Objectifs : Les activités de socialisation visent à favoriser le contact entre les usagers en développant les habiletés sociales, à mettre en valeur les forces et différences individuelles de chaque usager, à partager leurs expériences de vie ainsi que d'augmenter leur sentiment d'appartenance et la réappropriation de leur pouvoir d'agir. Les sorties et activités spéciales visent à faire découvrir de nouveaux intérêts, loisirs et passions, augmenter le sentiment d'appartenance et le développement de liens sains, s'intégrer et s'impliquer dans la communauté, favoriser l'autonomie ainsi que de se donner le droit au plaisir de vivre de nouvelles expériences.

Tableau 1 : Statistiques des activités de socialisation

Activités de socialisation (Milieu de vie, sorties et activités spéciales)

Nombre total d'activités : 311

Personnes différentes : 104

Présences totales : 2990

➤ Activités de rétablissement

Description : Processus dynamique qui permet l'accompagnement des personnes dans leur processus de rétablissement à travers de multiples médiums, dans le but de favoriser leur autonomie dans la réponse à leurs différents besoins, permettant ainsi l'amélioration et/ou le maintien de leur équilibre émotionnel et psychologique.

Objectifs : Ces activités visent le cheminement personnel dans le processus de rétablissement en santé mentale, le maintien d'un équilibre de vie dans une perspective de santé globale, la connaissance de soi, des différents enjeux relatifs aux maladies mentales et des différents besoins relatifs à la santé mentale ainsi qu'à la régulation affective saine.

Tableau 2 : Statistiques des activités de rétablissement (en interne)

Activités de rétablissement (en interne)
Nombre total d'activités : 68
Personnes différentes : 65
Présences totales : 535

Tableau 3 : Statistiques des activités de rétablissement (en externe)

Activités de rétablissement (en externe)
Nombre total d'activités : 26
Personnes différentes : 62
Présences totales : 163

➤ Activités de promotion en santé mentale positive

Description : Représentation de l'organisme, présentation des services, activités de sensibilisation sur la santé mentale auprès de la population générale, écoute, référencement et promotion de la santé mentale positive.

Objectifs : Ces activités visent à faire connaître l'organisme ainsi que son offre de services, lutter contre la stigmatisation en santé mentale, sensibiliser la population générale aux différentes problématiques de santé mentale ainsi qu'aux différents besoins des personnes en termes de santé mentale.

Tableau 4 : Activités de promotion en santé mentale positive

Activités de promotion en santé mentale positive

Nombre total d'activités : 14

Personnes différentes : 545

Liste des activités réalisées au cours de l'exercice 2025-2026 :

1. La santé mentale sans masques (au Parc Champlain)
2. Présentation de service et témoignages (Bel-Avenir)
3. Journée bien-être (MRC des Chenaux)
4. Fête des récoltes (Maison Coup de pouce)
5. Conférence santé mentale Table Quartier Vie (Cap-de-la-Madeleine)
6. Communautaire c'est salulaire (UQTR)
7. Conférence Journée de la santé mentale positive (Trois-Rivières)
8. Distribution alimentaire au (CAB de la Moraine)
9. Communautaire à boutte (Trois-Rivières)
10. Citoyen et citoyenne du monde (Collaboration avec le CFCM et le Comité de solidarité)

En parallèle des activités en externe, au cours de l'exercice 2025-2026, nous avons mis en place des outils de publicité pour **favoriser la visibilité de la ressource et faire connaître nos services** au grand public. Entre autres, nous avons investi dans de l'affichage publicitaire sur les autobus de la STTR. De même, nous avons travaillé notre site internet ainsi que notre page Facebook pour partager les informations relatives à nos activités.

Pour les prochaines années, notre priorité sera de mettre en place **un plan de communication** pour favoriser une meilleure promotion de l'organisme et de ses services, mais également de sélectionner les méthodes publicitaires les plus pertinentes pour rejoindre notre clientèle cible. Nous miserons également davantage sur nos réseaux sociaux.

➤ **Interventions téléphoniques**

Description : Les intervenants sont disponibles tous les matins pour répondre aux appels téléphoniques des membres ou des nouvelles personnes.

Objectifs : Ces activités visent le soutien ponctuel à la détresse psychologique, le référencement aux ressources pertinentes ainsi que l'accueil inconditionnel du vécu en santé mentale de la personne.

Tableau 5 : Statistiques des interventions téléphoniques

Interventions téléphoniques

Nombre total d'appels : 456

Durée totale en minutes : 2456

Durée totale en heures : 41

LE COMMUNAUTAIRE À BOUTTE

L'exercice 2025-2026 a été marqué par un événement historique national : Le communautaire à boutte. Fièremment ancré dans les valeurs du mouvement et impliqué depuis ses débuts, Le Traversier a participé activement aux efforts de mobilisation ainsi qu'à la coordination des actions en rejoignant la cellule locale de Trois-Rivières.



Le communautaire à boutte, c'est quoi exactement ?

Né à Shawinigan et dans Mékinac suite à un rehaussement de financement dérisoire, le mouvement a émergé quand des groupes de base ont refusé de se taire face à des conditions de travail devenues indécentes. Ce cri du cœur a rapidement résonné partout au Québec : mêmes besoins explosifs, mêmes équipes épuisées en première ligne. Cette prise de parole locale s'est transformée en mouvement national, unissant des organismes de toutes les régions autour d'un objectif clair : faire reconnaître le rôle essentiel du communautaire et obtenir un financement adéquat. (Source : <https://aboutte.info/>)

Les actions prises par le mouvement ont été divisées en trois (3) phases. La première phase a débuté en octobre 2025 et marquait la levée des boucliers des groupes de base refusant des rehaussements de financement dérisoires face à des conditions de travail indécentes. Elle représentait les actions initiales prises par les organismes communautaires et la naissance du mouvement *Le communautaire à boutte*. La deuxième phase a eu lieu du 23 mars 2026 au 2 avril 2026 et constituait deux (2) semaines de grève nationale regroupant plus de 1500 organismes. Cette deuxième phase a donné lieu à des fermetures temporaires de services, à des rassemblements et manifestations nationaux, ainsi qu'à des actions coordonnées devant les bureaux de ministres et de députés dans l'optique d'exercer des pressions sur le gouvernement. La troisième phase du mouvement débutera à l'automne 2026.

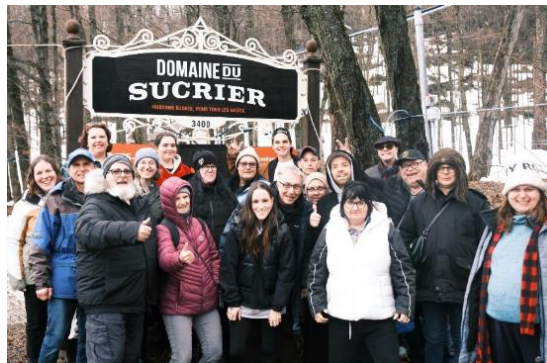
LES ACTIONS PRISES PAR LE TRAVERSIER, MILIEU DE VIE EN SANTÉ MENTALE :

- Fermeture temporaire d'une (1) semaine en octobre 2025
- Fermeture temporaire de deux (2) semaines en mars-avril 2026
- Participation aux ateliers d'éducation populaire
- Sensibilisation des membres de l'organisme aux revendications du mouvement
- Implication de la direction dans la cellule locale de Trois-Rivières et en tant que déléguée sur le comité national
- Participation aux mobilisations régionales et nationales

La mobilisation nationale du 2 avril 2026 constitue l'aboutissement de la deuxième phase de mobilisation mais également la fin de l'exercice 2025-2026. La prochaine année marquera peut-être un point de bascule dans l'histoire du communautaire. Seul l'avenir nous dira si nos revendications seront entendues et honorées par le gouvernement. Nous poursuivrons nos efforts de mobilisation au cours de l'année 2026-2027 et nous espérons grandement que l'issue du mouvement sera porteuse et bénéfique aux organismes communautaires du Québec.

COUPS DE COEUR DE L'ANNÉE

1. Cabane à sucre



2. Semaine de la santé mentale (La santé mentale sans masque)



3. Fête de la St Jean-Baptiste



4. Assemblée générale annuelle 2025



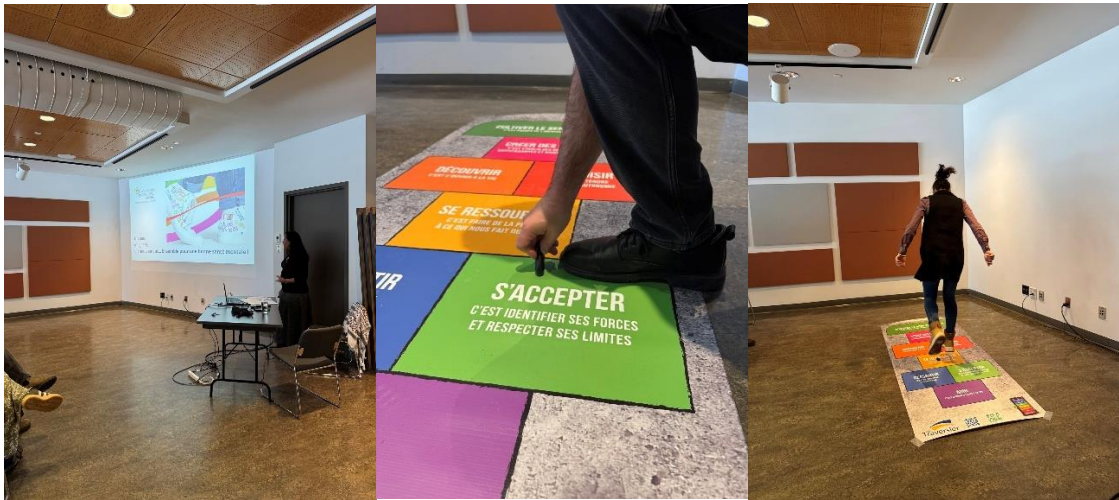
5. Sorties d'été (Bingo + H2O + Cirque du soleil)



6. Épluchette de blé d'inde



7. La conférence "Un pas, un geste, un mouvement" offerte lors de la journée nationale de la promotion de la santé mentale positive



8. Animation de la journée bien-être de la CDC des Chenaux



LE TRAVERSIER ET SES PARTENAIRES

Le Traversier ne serait pas ce qu'il est sans ses partenaires. Au cours de l'exercice 2025-2026, nous avons eu l'opportunité de travailler en collaboration avec 30 partenaires :

- Le communautaire c'est salulaire (UQTR)
- Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec (CIUSSS MCQ)
- Centraide
- Ville de Trois-Rivières
- Services Québec
- Mouvement Santé Mentale Québec
- Réseau québécois de l'action communautaire autonome (RQ ACA)
- Table régionale des organismes communautaires Centre-du-Québec Mauricie (TROC CQM)
- Le communautaire à boutte
- Corporation de Développement Communautaire des Chenaux
- Corporation de Développement Communautaire de Trois-Rivières
- Association québécoise pour la réadaptation psychosociale (AQRP)
- Association des Cardiaques de la Mauricie
- Centre de formation communautaire de la Mauricie (CFCM)
- Centre de Prévention du Suicide Accalmie
- Collège Laflèche
- Fonds d'aide des Bingos de Trois-Rivières
- Centre de formation professionnel Bel Avenir
- Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR)
- Maison Coup de Pouce
- Centre d'action bénévole (CAB) La Moraine
- Comité de Solidarité
- La Table de Concertation Quartier Vie
- SAMBBA
- Podcast Pleine Lune
- Flambette
- La Maison des Familles des Chenaux
- La Maison des Grands Parents de Trois-Rivières
- Maternaide
- Maison citoyenne de Shawinigan

Merci à tous pour les belles collaborations réalisées cette année !

LE PLAN D'ACTION 2026-2027

➤ RESSOURCES HUMAINES

L'équilibre en matière de ressources humaines est pour cette année encore au cœur de nos priorités. Avec les départs qui ont eu lieu l'année passée et ceux prévus pour cette année, notre objectif est de constituer une nouvelle équipe qui pourra s'engager sur du moyen voire long terme. Nous visons embaucher deux personnes pour l'équipe d'intervention et une personne en soutien à la direction pour le volet administratif et communication.

➤ IMMOBILIER

Au cours de l'exercice 2026-2027, deux projets d'aménagement sont prévus :

- Aménager un espace de retour au calme (salle Snoezelen) au sous-sol qui permettra aux membres de bénéficier d'un lieu réconfortant lors des situations de crise ;
- Créer une buanderie au rez-de-chaussée.

Des montants ont été affectés dans le budget 2026-2027 par le conseil d'administration pour la réalisation de ces derniers.

➤ SERVICES AUX MEMBRES ET PROGRAMMATION

L'objectif premier est de stabiliser l'offre de services pour le milieu de vie et de recommencer les ateliers d'autogestion qui n'ont pu être offerts par manque de ressources humaines.

De plus, nous souhaitons bonifier l'offre de services avec de nouveaux partenariats comme le Centre Loisirs Multi Plus de Trois-Rivières.

➤ PARTENARIATS ET COLLABORATION

Nous souhaitons redonner des activités en externe chez les organismes partenaires comme La Maison de la Transition de la Batisca et mettre en place de nouvelles collaborations sont nos objectifs pour cette année.

➤ COMMUNICATION ET PROMOTION

Au regard de l'engouement pour les formations et les conférences que nous avons offertes au cours de l'année passée, nous allons en développer de nouvelles afin de compléter notre offre de services en promotion et prévention de la santé mentale positive.

Nous travaillerons aussi à créer des outils concrets pour la population générale en lien avec la campagne de Mouvement Santé Mentale Québec; nous organiserons une journée portes ouvertes et une fête des voisins au travail afin de renforcer notre visibilité.

LE MOT DE LA FIN

Ce rapport annuel nous a permis de vous fournir une information juste et pertinente sur les actions posées par l'organisme dans le but d'atteindre ses objectifs et de remplir adéquatement sa mission.

Nous nous faisons un devoir de participer consciencieusement à cette reddition de compte afin que ce rapport reflète notre réalité et devienne une référence pour toute personne désirant connaître Le Traversier.

Nous tenons à remercier très sincèrement toutes les personnes qui s'impliquent au sein de notre organisme faisant en sorte qu'il soit toujours vivant et pertinent au sein de notre communauté.

Pour finir, nous souhaitons souligner combien nous sommes reconnaissants envers nos bailleurs de fonds grâce à qui nous pouvons réaliser notre mission si importante pour la communauté trifluvienne.