



---

# RAPPORT D'ACTIVITÉS

## 2023-2024

---

écoute  
entraide

## TABLE DES MATIÈRES

Faits saillants de cette année .....	3
Mission, Vision & Valeurs .....	4
Services offerts .....	5
Écoute & Soutien téléphoniques .....	6
Groupes d'entraide .....	9
Formations & Ateliers .....	11
Bilan des services .....	13
Financement & Développement .....	14
Conseil d'administration .....	16
Équipe .....	17
Bénévolat .....	19
Visibilité .....	20
Réseaux sociaux .....	21
Représentation & Concertation .....	22
Nos partenaires .....	24

# FAITS SAILLANTS DE CETTE ANNÉE

L'équipe d'Écoute Entraide a accompli de belles réalisations cette année. En voici quelques-unes :

## DÉPART EXCEPTIONNEL POUR LES FORMATIONS DE BIEN-ÊTRE

Depuis un an, Écoute Entraide offre des formations dans le but d'aider les gens à acquérir des connaissances reliées au bien-être et à la santé mentale. Au total, 1276 personnes ont assisté aux 58 formations données cette année, un grand succès pour ce nouveau service. Les formations sont accessibles en visioconférence et dans nos locaux de Montréal afin de répondre à la forte demande.

## AUGMENTATION DES DONS RECUEILLIS

Cette année, notre département de philanthropie a recueilli 118 406 \$ auprès d'entreprises et de fondations. Il s'agit d'une augmentation de 182 % en comparaison avec l'année dernière. Ce montant permet à l'organisme de maintenir et développer ses services et d'offrir davantage de soutien aux personnes dans le besoin.

## AGRANDISSEMENT DE NOTRE ÉQUIPE

Grâce à la hausse de notre autofinancement, l'équipe d'Écoute Entraide s'est agrandie cette année. C'est avec beaucoup d'enthousiasme que le poste de coordonnatrice du bénévolat a été créé. Alexie Moya, intervenante de formation cumulant plus de 10 années d'expérience et anciennement membre de notre conseil d'administration, s'est jointe à l'équipe de la permanence et accompagne maintenant les bénévoles.

## CRÉATION DE VIDÉOS POUR PRÉSENTER NOS SERVICES

Afin de mettre en valeur les services d'Écoute Entraide, cinq capsules vidéo ont été créées par notre équipe. Affichées sur notre site web, les vidéos présentent la ligne d'écoute, les groupes d'entraide, la formation en écoute active, la formation sur la gestion de la colère et les ateliers de méditation par la pleine conscience. Merci à Marie-Élaine Roy qui a réalisé bénévolement la narration des capsules.



L'équipe du conseil d'administration  
et de la permanence d'Écoute Entraide

# MISSION, VISION & VALEURS

## MISSION

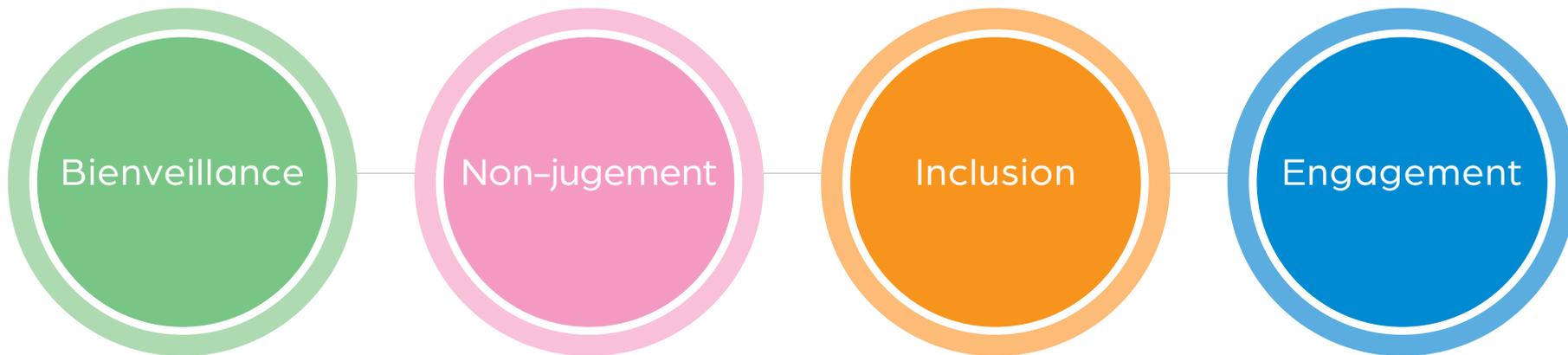
La mission d'Écoute Entraide est d'offrir, par l'action bénévole, un espace d'écoute et d'entraide à des personnes qui éprouvent de la souffrance émotionnelle.

## VISION

Écoute Entraide croit que toute personne vivant des difficultés, notamment des enjeux de santé mentale, doit avoir accès gratuitement à une présence empathique et un accueil sans jugement lorsqu'elle en ressent le besoin.

## VALEURS

Voici les quatre valeurs qui sont au coeur de l'organisme :



À l'écoute  
depuis  
**1979**

# SERVICES OFFERTS

## NOS SERVICES SONT OFFERTS GRATUITEMENT



### ÉCOUTE ET SOUTIEN TÉLÉPHONIQUES

Pour **se confier** et **obtenir de l'accompagnement** de manière confidentielle et sans jugement.



### GROUPES D'ENTRAIDE ET DE PARTAGE

Pour **échanger** et **s'entraider** en se rassemblant **en petits groupes** chaque semaine à Montréal.



### FORMATIONS ET ATELIERS DE BIEN-ÊTRE

Pour **se ressourcer** et **apprendre** sur l'écoute active, la santé mentale, la colère, la pleine conscience, etc.

# ÉCOUTE & SOUTIEN TÉLÉPHONIQUE

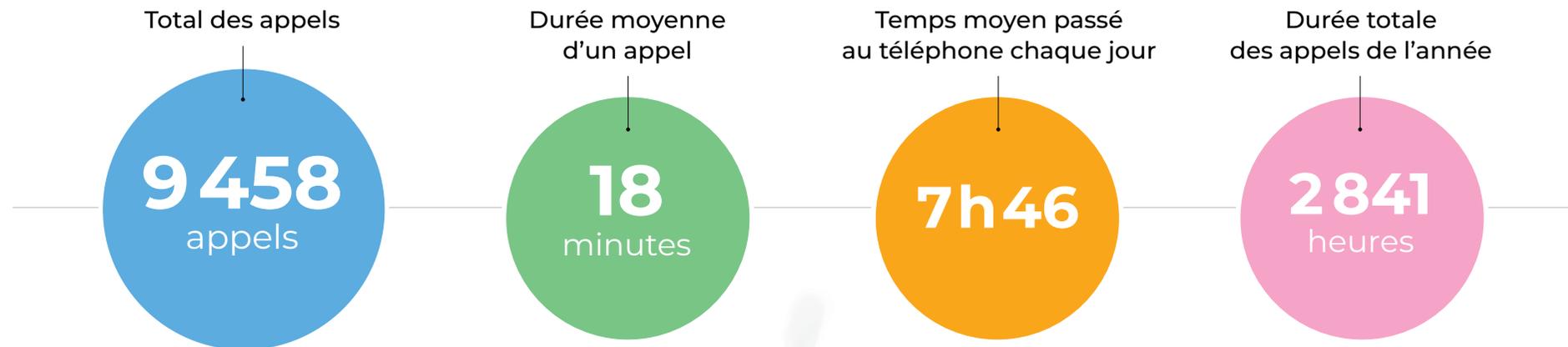
## DES SERVICES D'ÉCOUTE POUR L'ENSEMBLE DU QUÉBEC

Nos services d'écoute permettent à toute personne vivant de la souffrance émotionnelle de se confier en toute confidentialité. Écoute Entraide offre une **ligne d'écoute** et un service de **jumelage téléphonique** gratuitement pour l'ensemble du Québec.

## LES STATISTIQUES

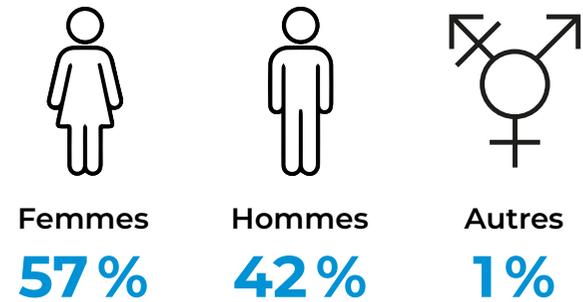
Pour l'année 2023-2024, l'équipe d'Écoute Entraide a comptabilisé un total de **9 458 appels**, soit une moyenne de 788 appels par mois. Il s'agit d'une **augmentation de 778 appels** en comparaison à l'année précédente. 8 963 appels ont été répondus sur la ligne d'écoute et 495 appels ont été effectués avec le service de jumelage téléphonique.

### STATISTIQUES SUR LES APPELS



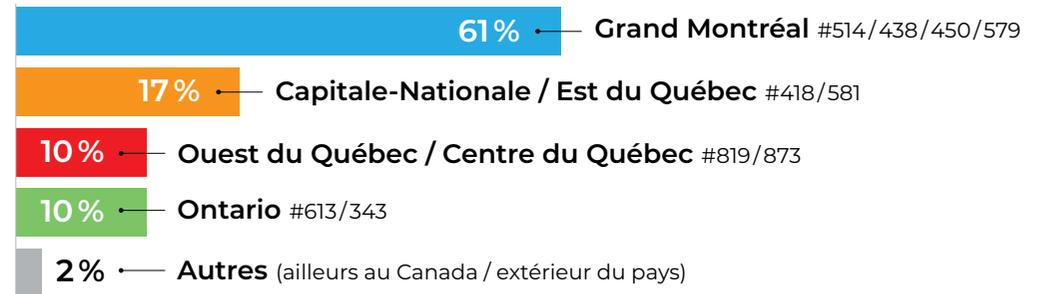
## PLUS DE STATISTIQUES SUR LES SERVICES D'ÉCOUTE

### GENRE

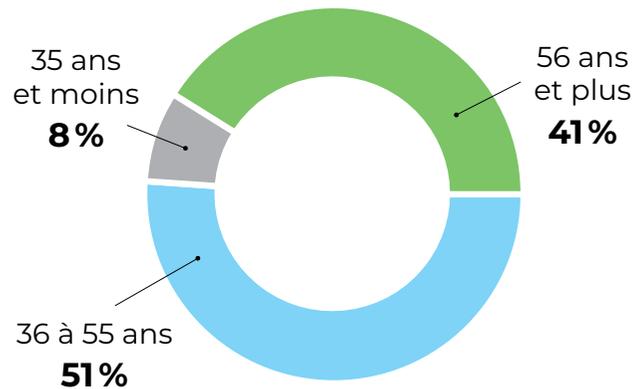


### PROVENANCE DES APPELS

La provenance des appels est calculée selon les indicatifs régionaux.

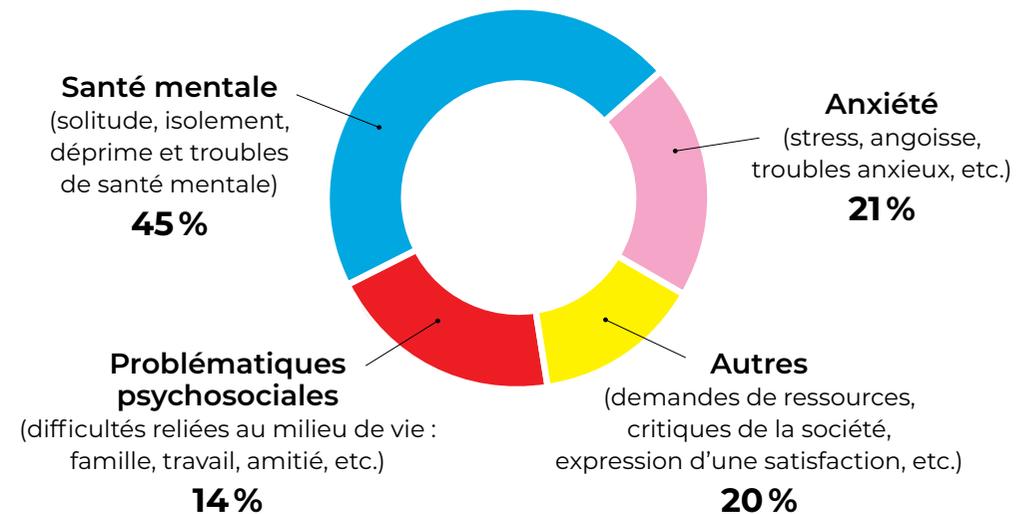


### ÂGE



Les données sur le genre et l'âge sont approximatives puisque plusieurs personnes ne mentionnent pas ces informations durant les appels.

### CATÉGORIES D'APPELS



## LIGNE D'ÉCOUTE

**La ligne d'écoute permet de se confier en toute confidentialité 7 jours sur 7, de 8 h à 22 h, 365 jours par année.**

La ligne d'écoute est soutenue par une équipe d'une centaine de bénévoles ayant suivi une formation rigoureuse sur l'écoute active, la prévention du suicide, la santé mentale et l'anxiété. Ce service d'écoute offre un espace sans jugement pour toute personne qui traverse des épreuves et qui désire s'exprimer. Un numéro sans frais simple à retenir permet de joindre la ligne de partout au Québec : 1 855 EN LIGNE.

## JUMELAGE TÉLÉPHONIQUE

**Le jumelage téléphonique permet de recevoir des appels réguliers de soutien d'une même personne bénévole.**

Ce service permet de répondre à un besoin mentionné à de multiples reprises sur la ligne d'écoute : plusieurs personnes souhaitent parler à la même personne lors de chaque appel. Le service de jumelage téléphonique vise à jumeler une personne qui vit des difficultés avec un-e bénévole formé-e. Ces appels offrent un accompagnement dans le parcours des personnes souffrantes, tout en leur permettant d'exprimer les difficultés vécues.

Pour une personne qui vit de l'isolement ou des difficultés, recevoir des appels réguliers est souvent réconfortant et sécurisant. Les gens sont très heureux et reconnaissants qu'on prenne le temps de les appeler et de prendre de leurs nouvelles. Au fil des appels, le lien créé entre les deux personnes favorise une ouverture et un accompagnement adapté à la réalité de la personne souffrante, ce qui permet de mieux répondre à ses besoins. Les échanges contribuent au maintien de l'équilibre psychique des personnes jumelées et leur offrent des ressources pour leur cheminement personnel.

## LIBRE CHOIX DU LIEU DE BÉNÉVOLAT

Près de 80 % de nos bénévoles font leur quart d'écoute à distance. La possibilité de réaliser le bénévolat à partir de la maison est très intéressante pour les bénévoles qui ont un emploi du temps chargé ou qui habitent loin de nos locaux.



Merci d'être là. La ligne d'écoute  
m'a sauvé la vie et je tiens à  
vous en remercier.

*Témoignage anonyme*

# GROUPES D'ENTRAIDE

## DES GROUPES D'ENTRAIDE ET DE PARTAGE

Chaque semaine, plusieurs personnes se réunissent afin d'exprimer une souffrance, de briser l'isolement et de s'entraider. Les rencontres se déroulent dans le cadre de petits groupes d'une dizaine de personnes afin de permettre à chacun-e d'avoir le temps de s'exprimer. Plusieurs participant-e-s nous ont mentionné ne pas se sentir à l'aise de fréquenter des groupes de grande taille.

## L'ACHALANDAGE DES GROUPES

Au cours de l'année 2023-2024, les **144 groupes d'entraide** qui ont été tenus ont enregistré **1323 participations**. Il s'agit d'une hausse de **53%** en comparaison à l'année dernière.

## DES GROUPES ADAPTÉS AUX BESOINS

### Les groupes mixtes

Ces groupes sont disponibles pour tous les genres et tous les âges. Les personnes qui expriment qu'elles traversent des épreuves particulières peuvent être référées à des ressources telles qu'un centre de crise, un centre d'hébergement, etc. Ces groupes se déroulent les jeudis à 14h et à 19h dans nos locaux.

### Les groupes pour hommes

Ce lieu d'échange permet aux hommes de s'ouvrir sans aucune censure ni jugement et d'exprimer leurs émotions qui sont parfois refoulées depuis plusieurs années. Ces groupes se déroulent les vendredis à 14h dans nos locaux.

**144**  
groupes  
d'entraide

**1323**  
participations



## QUELQUES RAISONS QUI AMÈNENT LES GENS À PARTICIPER AUX GROUPES D'ENTRAIDE

- Échanger les difficultés vécues avec d'autres personnes qui vivent aussi des épreuves;
- Trouver de l'entraide;
- Évacuer l'anxiété ressentie;
- Remettre de l'ordre dans ses idées;
- Exprimer une difficulté que les personnes proches ne connaissent pas;
- Identifier des émotions qui sont cachées à l'intérieur de soi;
- Briser l'isolement;
- Recevoir de l'écoute sans jugement ou reproches;
- Obtenir des ressources d'aide.

## QUELQUES DIFFICULTÉS VÉCUES PAR LES PARTICIPANT·E·S

- Anxiété;
- Dépression et autres problématiques en santé mentale;
- Solitude et isolement;
- Séparation;
- Problèmes familiaux;
- Idées suicidaires;
- Tristesse, colère, désespoir, mal de vivre, etc.



Le groupe d'entraide m'apporte  
la confiance à mieux m'exprimer  
et être capable d'être à l'écoute.

*Robert, participant des groupes*



# FORMATIONS & ATELIERS

## POUR APPRENDRE ET SE RESSOURCER

L'organisme offre des formations et ateliers dans le but de transmettre des connaissances sur différents sujets reliés à la psychologie et au bien-être. Pour répondre à la forte demande, les formations ont été adaptées et sont maintenant offertes en visioconférence afin d'accueillir davantage de personnes. Au cours de l'année 2023-2024, un total de **1276 participations** a été enregistré lors des **58 formations et ateliers** qui ont été organisés. Nos formations sont offertes aux entreprises, aux organismes, aux fondations et à toute personne intéressée par les sujets proposés.

## FORMATIONS GRATUITES DESTINÉES À LA POPULATION

Dans le but d'aider la population du Québec à accroître leur bien-être, quatre formations sont offertes gratuitement plusieurs fois dans l'année :

- Écoute active;
- Gestion de la colère;
- Santé mentale;
- Méditation par la pleine conscience.

## ACCESSIBLES PARTOUT AU QUÉBEC

Nos formations sont offertes dans nos locaux de Montréal et en visioconférence afin de les rendre accessibles à toute personne intéressée.

58

formations  
et ateliers

1276  
participations

## EN SAVOIR PLUS SUR LES FORMATIONS OFFERTES

### FORMATION SUR LA GESTION DE LA COLÈRE

La formation sur la gestion de la colère offre des outils pour mieux comprendre et gérer la colère et les émotions. La colère est souvent mal comprise et cette formation vise à aider à identifier les déclencheurs. On peut y apprendre, entre autres, la différence entre le sentiment de vivre sa propre colère de façon légitime et la pulsion de la transférer sur autrui.

### FORMATION SUR L'ÉCOUTE ACTIVE

La formation en écoute active enseigne l'art d'écouter sans influencer ou brusquer l'autre. C'est une technique douce qui permet à la personne écoutée de se sentir comprise, sans jugement. Créée par le psychologue américain Carl Rogers en 1957, l'écoute active favorise l'ouverture du dialogue en se centrant sur l'autre personne.

### FORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE

La formation sur la santé mentale vise à sensibiliser sur l'importance d'entretenir une santé mentale saine et en apprendre davantage sur les pièges, les peurs et les préjugés qui détériorent la santé mentale. Elle propose des méthodes alternatives pour prendre soin de sa santé mentale au quotidien.

### ATELIERS DE MÉDITATION PAR LA PLEINE CONSCIENCE

Les ateliers de méditation par la pleine conscience s'adressent à toute personne désirant améliorer son bien-être émotionnel et physique. La pleine conscience est une technique qui vise à porter son attention au moment présent sans porter de jugement sur ses pensées, ni poser d'étiquette. Les ateliers permettent de profiter de la force méditative des personnes présentes.



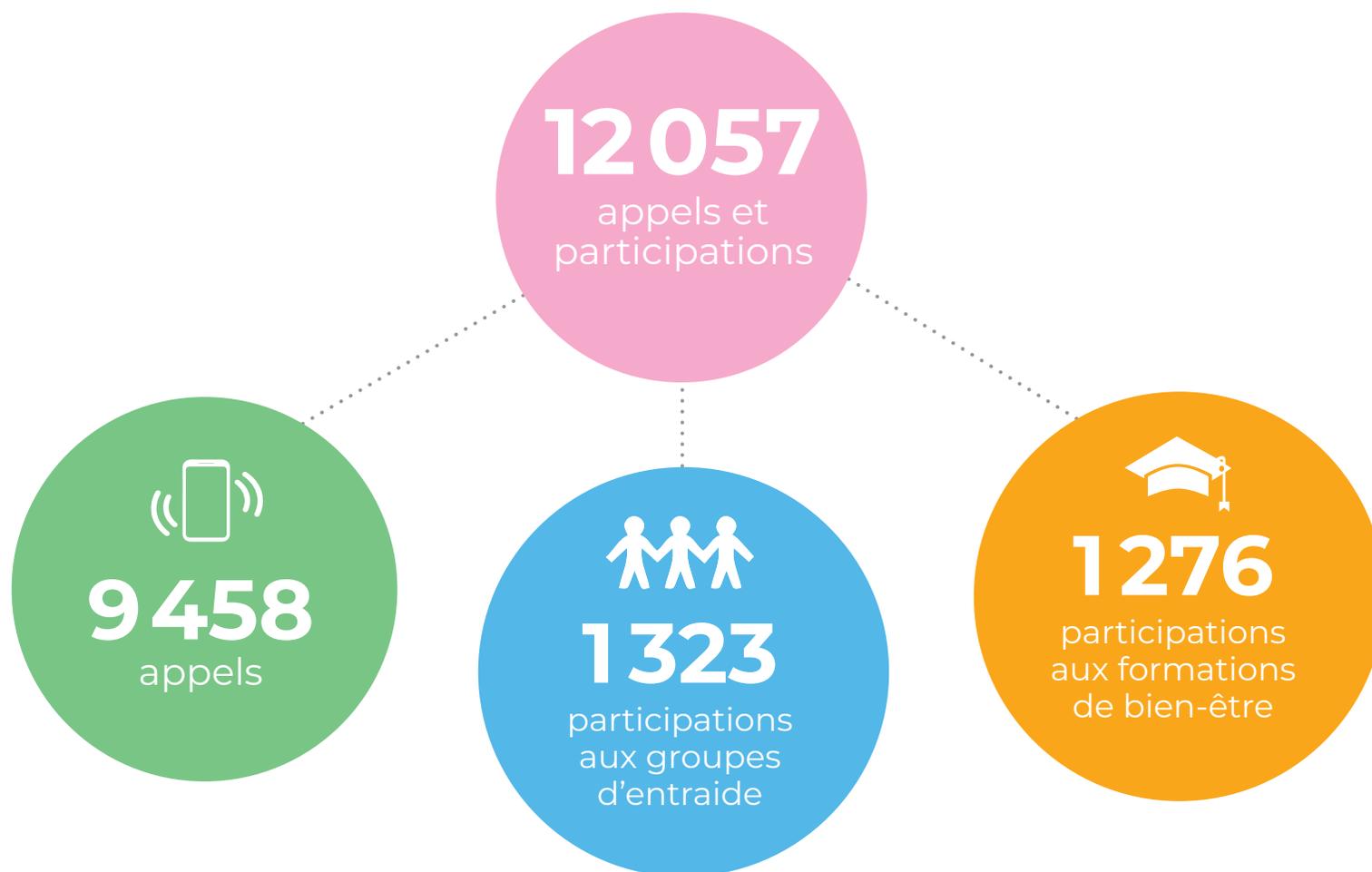
Je pourrais vous écouter pendant des heures et des heures.  
C'est bien plus qu'une formation sur l'écoute, c'est une  
formation sur l'accueil de l'humain. L'essentiel de l'écoute !

*Jean-Claude de Candiac - Formation sur l'écoute active*

# BILAN DES SERVICES

## DES SERVICES EN CROISSANCE

Un total de 12057 appels et participations a été comptabilisé cette année. Il s'agit d'une **hausse de 24 %** en comparaison avec l'année précédente.



## UN FINANCEMENT PUBLIC INSUFFISANT POUR RÉPONDRE À LA DEMANDE

Écoute Entraide a constaté une forte augmentation de la souffrance ressentie par la population. La hausse du financement octroyé par le ministère de la Santé et des Services sociaux au cours de l'année 2023-2024 a été insuffisante pour nous permettre de répondre à la demande pour nos services.

## LA PHILANTHROPIE POUR REMÉDIER AU MANQUE DE FINANCEMENT

Dans le but de maintenir et de développer nos services, notre département de philanthropie sollicite des dons auprès des entreprises et des fondations depuis 2022. Au cours de l'année, le total des dons recueillis s'est élevé à 118 406 \$, une **augmentation de 182 %** en comparaison avec l'année dernière. Cette somme représente 37 % des revenus de l'organisme en 2023-2024.

## UNE GESTION RIGoureuse DES FINANCES

Chaque dollar reçu chez Écoute Entraide est dépensé avec beaucoup de soin. Nos finances sont analysées minutieusement afin de réduire les frais et permettre de développer davantage nos services. Grâce aux connaissances et expertises multiples de l'équipe de la permanence et des membres du conseil d'administration, la grande majorité des tâches sont réalisées à l'interne dans un souci d'économie.

### Sans les dons reçus cette année, il aurait été impossible :

- de développer et d'offrir gratuitement nos quatre formations et ateliers de bien-être pour la population;
- d'engager une nouvelle employée afin de soutenir adéquatement notre grande équipe de bénévoles;
- d'avoir une équipe présente sur le terrain afin de mieux comprendre les besoins de la population;
- d'assumer la hausse des dépenses reliées à l'inflation, etc.

**118 406 \$**  
reçus en dons

## LANCEMENT D'UN PROGRAMME DE FORMATIONS POUR LES ENTREPRISES



Un programme de formations en entreprise nommé *Réunir* a été lancé cette année. Le programme offre des formations adaptées à la réalité des entreprises et vise à accroître le bien-être et l'épanouissement en milieu de travail. Un comité regroupant des employé-e-s et des bénévoles a été formé afin de développer et enrichir le contenu de la formation.

**Ce programme permet d'accroître le financement d'Écoute Entraide et contribue à maintenir et bonifier les services offerts gratuitement à la population.** Trois formations ont été créées en ciblant les besoins des employé-e-s et des gestionnaires :

- Gestion de conflits au travail;
- Santé mentale en entreprise;
- Écoute active au travail.



Page d'accueil du site web de Réunir



Extrait du site web de Réunir

# CONSEIL D'ADMINISTRATION

## LES MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Le conseil d'administration est composé de cinq membres, comme stipulé dans les règlements généraux.

**Présidente :** Anaïs Lesne

**Vice-présidente :** Alexie Moya (fin de mandat en septembre 2023)

**Vice-présidente :** Solange Baril (nomination au titre de vice-présidente en septembre 2023)

**Secrétaire-trésorière :** Véronica Ponce

**Administrateur :** Anicet Claudel

**Administratrice :** Magali Bochet (début de mandat par cooptation en janvier 2024)

Les critères guidant la composition du conseil d'administration sont les suivants : représentation des territoires de Villeray ou Petite-Patrie, employé-e du milieu communautaire, membre de l'équipe de bénévoles de l'organisme et utilisateur-trice de services en santé mentale.

## LES RÉUNIONS DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Au cours de l'année, le conseil d'administration s'est réuni à six reprises. Les membres du conseil d'administration participent activement au développement de l'organisme tout au long de l'année, même à l'extérieur des rencontres du conseil.

Voici les dates des rencontres du conseil d'administration en 2023-2024 :

- 3 mai 2023
- 30 août 2023
- 18 octobre 2023
- 29 novembre 2023
- 17 janvier 2024
- 28 février 2024



## L'ÉQUIPE DE LA PERMANENCE

La permanence est composée de cinq employé·e·s :

- **Jonathan Brazeau** - Directeur général - Présent chez Écoute Entraide depuis 2013.
- **Alexie Moya** - Coordinatrice du bénévolat - Présente chez Écoute Entraide depuis 2019.
- **Marie-Hélène Dagenais** - Conseillère, développement et partenariat - Présente chez Écoute Entraide depuis 2020.
- **Jacques Charland** - Formateur et animateur - Présent chez Écoute Entraide depuis 2009.
- **Michel Mason** - Adjoint à la formation - Présent chez Écoute Entraide depuis 1997.

## LES EMPLOIS D'ÉTÉ EN 2023

- **Anaïs Ayotte** et **Juliette Fortier**, agentes de recherche et développement

## UNE AIDE PRÉCIEUSE POUR LES FORMATIONS

Une équipe composée de cinq bénévoles a contribué à la formation d'aspirant·e·s bénévoles :

- **Michaël Laberge**
- **Linda Ulrich**
- **France Parent**
- **Solange Baril**
- **Anaïs Ayotte**



## L'ÉQUIPE DE BÉNÉVOLES

Nous tenons à remercier chaleureusement les 146 personnes dévouées qui ont composé l'équipe de bénévoles cette année. Les personnes ayant cumulé plus de 100 heures dans leur parcours de bénévole sont mentionnées en bleu.

Agathe Génois  
Agathe Lahaye  
Alexia Boutié  
Alison Carrier  
**Alvaro Torres Bustos**  
**Alyssa Sanon**  
**Anaïs Ayotte**  
**Anaïs Lesne**  
Anastasia Gheorghiu  
**Anicet Claudel**  
**Ann Bouchard**  
Anna Roy-Cyr  
**Anne Beaulieu**  
Anne-Sophie Lacelle  
Annie Trudel  
**Anouk Boulos**  
Ariane Malouin  
Arlanda Djegou  
Audrey Laplante  
Audrey Perron  
Audrey-Anne Vézina  
Camille Bertout  
**Camille Léger**  
**Camille Trudelle**  
**Caroline Roche**  
**Cassandra Tremblay-Héту**  
**Catherine Dagneau**  
**Catherine Gosselin**  
Céline Haché  
Charlotte Hélie  
Christelle Asencio  
Christophe Bellemare  
Cindy Toukam

Clara Figuet  
Claude Power  
Delphine Beaulieu  
**Dianne Saint-Pierre**  
Dominic Quesnel  
Éléna Taleb  
Émie Lebeau  
Émilie Charest  
Emma Harris  
Emmanuelle Maindron  
**Félix Dupuis-Fortier**  
Florence Beaudin  
**Florence Gourgues**  
**France Parent**  
**Francis Dufresne**  
Gabrielle Gilbert  
Gaëlle Chayer-Lanthier  
Garven Devil  
Geneviève Leclair  
George Thompson  
Chida Mawlawi  
Guetty Desrosiers  
Hélène Legry  
Imane Ennaji  
**Indira Louis-Sidney**  
Inès Zouaoui  
Isaac Béliveau  
Isabelle Brodeur  
Isabelle Bureau  
Isabelle Ferch  
**Isabelle Mathers**  
Isabelle Pislér  
Janika Amyot

Janine Tran Lam  
**Jérôme Jondeau**  
Jimmy Darcq  
**Jocelyne Paquin**  
Joëlle De la Sablonnière  
**Joëlle Nadeau**  
**Joëlle Sarrailh**  
**Johan Lebret**  
Juliana Bervin  
Julie Delisle  
Julien Fleurance Jeandin  
Juliette Fortier  
Juliette Gervais  
Juliette Nadeau  
**Kevin Caron**  
Laura Antohi  
Laura Forero  
Laurent Beaudin  
Laurie Courtial  
Laurie Tremblay  
Léa Turenne  
**Linda Ulrich**  
**Line Boulanger**  
Louise Amyot  
Luc Ouellette  
Lydia Migneault  
Maëlle Gauthier  
Magali Bochet  
Maïa Noël  
**Malicka Taye Ouedraogo**  
Manon Graveline  
Marc-Olivier Lemay  
**Marianne Berthiaume**

Marianne Guilbault  
Marianne Léveillé  
Marie Desaulniers  
Marie Dodier Lemay  
**Marie-Claude Laurin**  
Marie-May Arnaud  
Martin Lesage  
Martina Chumova  
Mathilde Lavoie  
Matt Dal Bianco  
Maxence Perras-Toupin  
Maxim Godbout  
Mélanie Duval  
**Michaël Laberge**  
Mylène Poisson  
Myriam Leblanc  
Nancy Dion  
**Nathalie Michaud**  
**Robert Roussel**  
Robert Turcotte  
**Rosalie Roy**  
Rouba Hadj Mabrouk  
**Roxanne Forest**  
**Samuel Sidarous**  
**Sandra Dessources**  
Sandra Mohanna  
Sandrine Lachapelle  
Sao Mai Nguyen  
Sara-Hélène Weinbuch  
**Simon Deschênes**  
**Solange Baril**  
Soniya Najafi  
**Sophie Audet**

**Stéphanie El Asmar**  
Stéphanie Pageau  
Suzanne Beaulieu  
Sylvie Laflamme  
Taïna Antoine  
Trinidad Rivas  
**Valérie Fontaine**  
Véronic Massé  
**Véronica Ponce**  
**Virginie Sauvé-Lemay**  
Viviane Oligny  
Yasmina Azi  
Ymelda Quinteros  
Zeinab Zibara

146  
bénévoles

81%  
des bénévoles  
sont des femmes

# BÉNÉVOLAT

## UNE GRANDE PRÉSENCE DE BÉNÉVOLES

Au cours de l'année 2023-2024, l'équipe de bénévoles d'Écoute Entraide a réalisé **6 413 heures de bénévolat**. Si l'organisme ne pouvait compter sur la présence des bénévoles et devait rémunérer des employé·e·s à un salaire moyen de 25 \$ de l'heure, cela représenterait une charge salariale supplémentaire de 179 564 \$.

## UNE FORMATION RIGOUREUSE

Écoute Entraide recrute et forme des bénévoles qui désirent donner de leur temps pour aider les gens aux prises avec de la souffrance émotionnelle. **Nous avons reçu 190 demandes de bénévolat durant l'année 2023-2024.** La formation des bénévoles fait l'objet de beaucoup d'attention, car être bénévole pour une ligne d'écoute ou un groupe d'entraide est très exigeant. Les bénévoles doivent suivre une formation d'une durée de 28 heures en moyenne. Une formation continue est offerte afin de favoriser le développement de connaissances sur la santé mentale et l'écoute active.

## DES RENCONTRES POUR LES BÉNÉVOLES

Les bénévoles sont invité·e·s à participer à différentes activités telles que des 5 à 7, des soupers d'échange, des communautés de pratique et des conférences sur divers sujets reliés à la santé mentale. Puisque plusieurs bénévoles répondent aux appels de la ligne d'écoute à partir de la maison, ces rencontres leur permettent de mieux se connaître et d'échanger.



**6 413**  
heures de  
bénévolat

**179 564 \$**

L'équivalent des charges  
salariales si les bénévoles  
étaient rémunéré·e·s.

## ACHALANDAGE DU SITE WEB

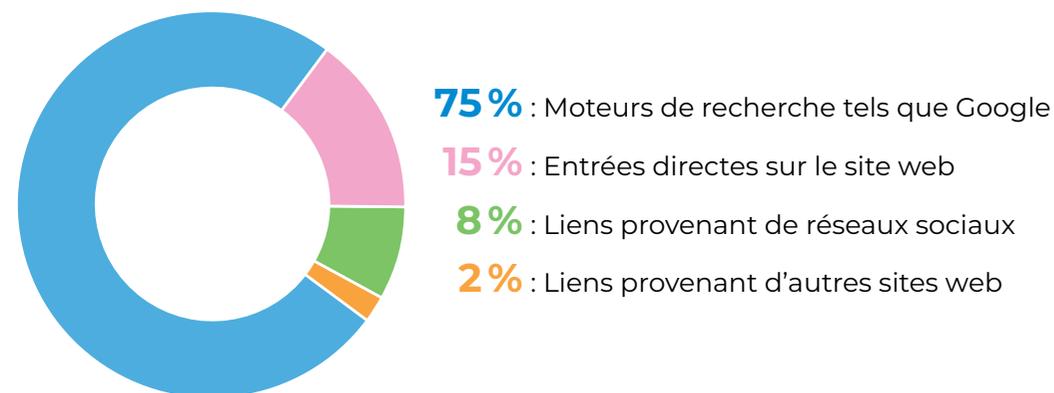
Du 1<sup>er</sup> avril 2023 au 31 mars 2024, le site web d'Écoute Entraide a reçu un total **71 387 visites**, soit une moyenne de 5 949 visites par mois.

Écoute Entraide bénéficie du programme Google Ad Grants qui offre une visibilité gratuite sur le moteur de recherche de Google pour les organismes à but non lucratif. Grâce à ce programme, 10 520 visites ont été enregistrées sur notre site web cette année. Sans lui, une telle visibilité sur le moteur de recherche aurait coûté 92 281 \$.

### STATISTIQUES DE L'ACHALANDAGE



### PROVENANCE DE L'ACHALANDAGE



Google Analytics a été utilisé pour calculer les statistiques du site web : [ecoute-entraide.org](https://ecoute-entraide.org).

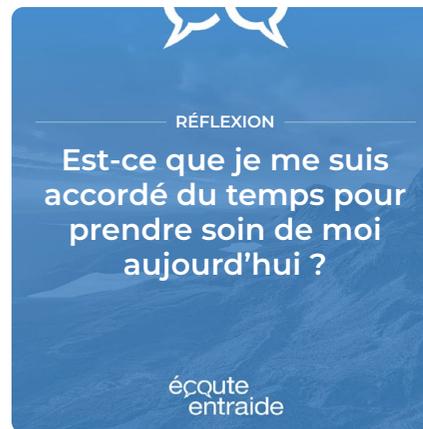
Le nombre de visites correspond aux nombres de sessions calculées par Google Analytics et les pages visionnées sont calculées selon le nombre de vues par session.

## DES MESSAGES INSPIRANTS SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

Une nouvelle thématique a été lancée cette année sur les réseaux sociaux visant à sensibiliser sur l'importance de prendre soin de soi. Avec nos services de soutien à la population, nous recevons de nombreux témoignages de gens qui vivent des épreuves. Ces échanges touchants ont été une source d'inspiration pour créer des messages de réflexion sur le bien-être.

Un compte Instagram a été créé pour Écoute Entraide afin d'accroître la visibilité de l'organisme auprès des plus jeunes en y diffusant ces messages.

## EXEMPLES DE MESSAGES DE RÉFLEXIONS



# REPRÉSENTATION & CONCERTATION

## REGROUPEMENTS

Écoute Entraide est membre des associations, regroupements et comités suivants :

- ACCÈS BÉNÉVOLAT - Centre d'action bénévole de l'Est de Montréal
- ACETDQ - Association des Centres d'Écoute Téléphonique du Québec
- ACSM - Association Canadienne pour la Santé Mentale
- AQPS - Association Québécoise pour la Prévention du Suicide
- CABM - Centre d'Action Bénévole de Montréal
- CDC - Corporation de développement communautaire Solidarités Villeray
- GASM - Groupe d'Action en Santé Mentale
- RACOR - Réseau Alternatif et Communautaire des ORganismes en santé mentale de l'île de Montréal
- RIOCM - Regroupement intersectoriel des organismes communautaires de Montréal
- RLS - Réseau local des services en santé mentale du CIUSSS du Nord-de-l'Île
- RLS - Réseau local des services en santé mentale du CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal
- RRASMQ - Regroupement des Ressources Alternatives en Santé Mentale du Québec
- RTCPP - Regroupement des Tables de Concertation de Petite-Patrie
- TSMPP - Table de concertation en Santé Mentale de la Petite-Patrie

## PRÉSENCE SUR UN CONSEIL D'ADMINISTRATION

Le directeur général de l'organisme occupe le poste de trésorier sur le conseil d'administration de l'Association des Centres d'Écoute Téléphonique du Québec. Ces rencontres contribuent au développement de l'ensemble des centres d'écoute au Québec et apportent des idées précieuses pour la gestion et l'avancement d'Écoute Entraide.



## IMPLICATION D'ÉCOUTE ENTRAIDE

Écoute Entraide croit en l'importance de s'enraciner dans la communauté en participant à de multiples rencontres et échanges.

Voici quelques exemples de participations :

<b>AVRIL</b>	Groupe d'Action en Santé Mentale Table de concertation en santé mentale de la Petite-Patrie Mouvement Santé mentale Québec Rencontre d'échanges avec plusieurs centres d'écoute	<b>OCTOBRE</b>	RLS - CIUSSS du Nord de l'Île Groupe d'Action en Santé Mentale CDC Solidarités Villeray Rencontre d'échanges avec plusieurs centres d'écoute Journée de l'écoute 2023
<b>MAI</b>	Groupe d'Action en Santé Mentale CDC Solidarités Villeray Table de concertation en santé mentale de la Petite-Patrie Grand Rendez-Vous de La Petite-Patrie Rencontre d'échanges avec plusieurs organismes Association des Centres d'Écoute Téléphonique du Québec	<b>NOVEMBRE</b>	Association des Centres d'Écoute Téléphonique du Québec
<b>JUIN</b>	Groupe d'Action en Santé Mentale CDC Solidarités Villeray Rencontre d'échanges avec des centres d'écoute Association des Centres d'Écoute Téléphonique du Québec	<b>DÉCEMBRE</b>	CDC Solidarités Villeray Groupe d'Action en Santé Mentale Rencontre d'échanges avec plusieurs organismes Rencontre d'échanges avec plusieurs centres d'écoute Lève-tôt (Petite-Patrie) Association des Centres d'Écoute Téléphonique du Québec Baluchon Répit long terme CISSS Côte-Nord
<b>AOÛT</b>	CDC Solidarités Villeray Centre d'Alphabétisation de Villeray La Jarnigoine Zoothérapie Québec	<b>JANVIER</b>	Accès Bénévolat CDC Solidarités Villeray Association des Centres d'Écoute Téléphonique du Québec RACOR
<b>SEPTEMBRE</b>	Lève-tôt (Petite-Patrie) Groupe d'Action en Santé Mentale Événement organisé par Gabriel Nadeau-Dubois Fête de Quartier de Villeray Journée internationale des entendeurs de voix Écho de femmes de la Petite Patrie Table de concertation en santé mentale de la Petite-Patrie	<b>FÉVRIER</b>	Groupe d'Action en Santé Mentale Association des Centres d'Écoute Téléphonique du Québec Lève-tôt (Petite-Patrie) Rencontre d'échanges avec plusieurs centres d'écoute Table de concertation 50+ Lachine Fondation du Grand Montréal
<b>OCTOBRE</b>	Association des Centres d'Écoute Téléphonique du Québec Rencontre avec Gabriel Nadeau-Dubois	<b>MARS</b>	Rencontre d'échanges avec plusieurs organismes Association des Centres d'Écoute Téléphonique du Québec

# MERCI À NOS PRÉCIEUX PARTENAIRES



Fondation  
Jeanne-Esther



Fondation  
*J.A. DeSève*





## DES PARTENAIRES ESSENTIELS AU SOUTIEN DE LA POPULATION

Les contributions reçues par nos précieux partenaires nous permettent de bonifier nos services et d'offrir davantage de soutien aux personnes qui vivent de la souffrance émotionnelle.

## UN GRAND MERCI AUX PARTENAIRES SUIVANTS

- Le **ministère de la Santé et des Services sociaux** pour leur soutien financier permettant la réalisation de notre mission.
- Le **gouvernement du Canada** et **Croix-Rouge canadienne** pour leur soutien dans le cadre du programme Fonds de relance des services communautaires qui a permis de bonifier et développer notre gamme de services.
- La **Fondation Jeanne-Esther** pour leur soutien afin de bonifier l'encadrement et le soutien de notre équipe de bénévoles.
- **Google** pour leur contribution permettant d'obtenir plus de visibilité sur leur moteur de recherche.
- **Lundbeck Canada** et **Énergir** pour leur contribution au maintien et au soutien de nos services d'écoute et d'entraide.
- La **Fondation J.A. DeSève** pour leur générosité qui a permis d'officialiser le lancement des formations sur la gestion de la colère offertes gratuitement à la population.
- La **Fondation Carmand Normand** pour leur contribution qui a permis de finaliser l'aménagement de nos locaux.
- **Otsuka Canada** et **iA Groupe financier** pour leur donation qui a contribué au maintien et au développement des groupes d'entraide.
- Le **Réseau des éclaireurs et des éclaireuses du CIUSSS NIM** pour le financement offert afin de contribuer à la formation continue de notre grande équipe de bénévoles.
- La narratrice **Marie Élane Roy** d'Oxygène Multimédia pour la réalisation pro bono de narrations pour les vidéos de nos services.



écoute  
entraide  
ecoute-entraide.org