

Coalition pour la Santé Mentale des Noir.e.s

NOUVELLES TRIMESTRIELLES



Discussion informelle du CSMNO avec Sabrina Konate (SPO) Yodit Girmay (Mehari Centre) Yuhi Karenga (Humura Association) et Camille Kamanzi (Burundi We Want)

Mise à jour de la coordination de la Coalition À venir et en cours



Sommet sur le leadership Sankofa – 13 mai

En 2026, la Coalition pour la santé mentale des Noirs d'Ottawa est fière de célébrer cinq années d'excellence dans la promotion et le soutien de la santé mentale et du bien-être des Noirs au sein de notre communauté, grâce au dévouement et à l'engagement de nos membres.

Pour marquer cette étape importante, nous organiserons un sommet sur le leadership d'une demi-journée réunissant les membres votants et les leaders communautaires afin de créer un espace dédié à la réflexion, au renouveau des liens et à l'élaboration collective du prochain chapitre des travaux de la Coalition.

Ce sommet sera l'occasion de réfléchir à notre parcours commun, de réaffirmer nos priorités et d'identifier les voies à suivre pour avoir un impact significatif au cours des cinq prochaines années

Ensemble, les membres votants et la direction de la Coalition :

- feront le bilan de cinq années de croissance, de collaboration et d'impact collectif
- réexamineront les priorités stratégiques définies par les membres pour 2021 et 2024
- passeront en revue les principales conclusions et recommandations du comité exécutif
- identifieront les domaines d'action prioritaires et les opportunités d'impact pour les cinq prochaines années
- mèneront les discussions nécessaires et se prononceront sur les points soumis au vote.

Remarque: cette session est réservée **aux membres votants**. Des invitations seront envoyées via le calendrier au représentant votant désigné par chaque organisation. Les dernières informations seront communiquées à tous les membres dans la lettre d'information du mois d'août.

Nos réunions générales habituelles reprendront à l'automne.

Sommaire

La coordination de la coalition

La défense des intérêts et le changement systémique

La sensibilisation à la santé mentale

Le soutien en santé mentale

Ressources pour le renforcement des capacités

Les événements d'engagement communautaire

Les ressources sur la santé mentale et les dépendances

Financement

Mise à jour de la coordination de la Coalition

À venir et en cours

Soutien au renforcement des capacités du CSMNO

L'année dernière, le CSMNO a mis en place un programme pilote de soutien au renforcement des capacités dont ont bénéficié neuf organisations membres. En 2026, nous avons obtenu un financement ponctuel supplémentaire afin d'étendre cette initiative et d'accompagner jusqu'à 15 organisations.

Ce financement permettra aux membres de bénéficier plus facilement :

- d'un accompagnement à la rédaction de demandes de subventions
- d'une aide en matière de communication stratégique et de réseaux sociaux
- de la coordination des formations au sein de la communauté de pratique
- de supports promotionnels imprimés destinés à la sensibilisation
- Nouveauté en 2026 : mise à jour et maintenance du site web pour les membres éligibles

Prochaines étapes

1. Les membres recevront un e-mail présentant les aides au renforcement des capacités disponibles
2. Remplissez le formulaire de demande en précisant les aides souhaitées
3. Organisez un rendez-vous avec le personnel du CSMNO
4. Prenez contact avec les prestataires pour bénéficier d'une aide temporaire jusqu'au 31 décembre 2026

Opportunités de formation en 2026

En 2025, le CSMNO s'est associé à des organisations telles que l'Association afro-canadienne d'Ottawa et le Royal pour dispenser une formation aux premiers secours en santé mentale à 70 membres de la communauté. Forts de ce succès, nous mettons actuellement la dernière main aux formations et ateliers de la « communauté de pratique », ainsi qu'aux formations **SMART Recovery** et aux **premiers secours en santé mentale**, qui seront dispensés en 2026.

Engagement communautaire

Depuis cinq ans, les bénévoles du CSMNO participent à des événements communautaires afin de promouvoir les organisations membres et de diffuser des informations sur la santé mentale. Cet été, les bénévoles du CSMNO seront accompagnés d'animateurs de soutien par les pairs lors d'événements organisés dans toute la ville. Afin de mieux coordonner leur action et d'assurer une présence aux festivals et événements communautaires, les pairs et les bénévoles travailleront main dans la main pour faire connaître les programmes et les services de tous nos partenaires.



Michelle James
Coordonnatrice de la coalition



Basant Mohamed
Coordonnatrice de la communauté de pratique



Catherine Yorgoro
Administration des subventions et aides à la rédaction



Ro Nwosu
Soutien à l'administration



Mahmoud Ibrahim
Gestion du site web



Fatima Baasher
Engagement dans les médias sociaux

Vous pouvez contacter l'équipe par e-mail à l'adresse ottawabmhcoalition@gmail.com ou en contactant Michelle James, coordinatrice du CSMNO à l'adresse mjames@swchc.on.ca

Mise à jour de la coordination de la Coalition À venir et en cours

5e édition de la Semaine de la santé mentale des Noirs

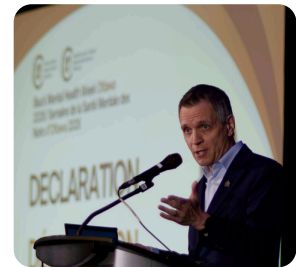
Merci à tous ceux qui ont participé à la Semaine de la santé mentale des Noirs 2026. Merci à tous les intervenants, bénévoles, pairs, membres du personnel, personnalités et membres de la communauté qui ont fait de ce 5e anniversaire de la Semaine de la santé mentale des Noirs un véritable succès. Ensemble, nous sommes plus forts et nous gagnons en force chaque année !

Ce que nous avons entendu:

- « Découvrir l'organisation communautaire et les ressources disponibles pour la communauté noire d'Ottawa a largement dépassé mes attentes. Je me sens bien mieux préparée à aider les personnes et les familles qui souhaitent accéder à ces services. Merci beaucoup. »
- « J'ai apprécié cette conversation franche sur des sujets difficiles, dans un espace sûr où un soutien émotionnel était disponible si j'en avais besoin. Il y avait une excellente diversité d'intervenants et de points de vue. Les ateliers de mouvement et de musique étaient formidables ; la danse partagée est un élément tellement important de la guérison au sein de la communauté ! »

CSMNO 2026 en chiffres :

- Plus de 300 participants
- 35 bénévoles
- 24 intervenants
- 7 spectacles culturels
- 4 activités en présentiel
- 4 événements organisés par des partenaires
- 1 podcast



Rendez-vous sur [le nouveau site web de la Semaine de la santé mentale des personnes noires](#)

pour découvrir la galerie de photos et écouter le podcast animé par Myriam Georges-Estigienne (Thoughtful Therapist), qui met en vedette Papa Ladjike Diouf et l'artiste invitée N'nerjie, en conversation.



Regarder la vidéo sur
YouTube:

<https://youtu.be/euDGwRehUb0>

Court métrage:

<https://youtube.com/shorts/TOONDvEugr8?feature=share>



Mise à jour du groupe de travail sur la défense des intérêts et le changement systémique

Le groupe de travail sur la défense des intérêts et le changement systémique vise à favoriser l'avancement du travail effectué par les organismes membres ainsi que les initiatives de la Coalition. Il est composé de personnes provenant de milieux professionnels et personnels variés qui travaillent de concert pour encourager et impulser le changement systémique en santé mentale, en santé physique et en services sociaux, ce qui permettra de réduire les inégalités et d'améliorer les résultats pour la population noire.

Point de situation

Réponse alternative aux situations de crise – Conseil directeur d'Ottawa

Au cours des cinq dernières années, le CSMNO a été fier de contribuer aux travaux du Conseil directeur d'Ottawa sur la santé mentale et les dépendances, en soutenant une approche « sans porte fermée » pour la prise en charge des crises liées à la santé mentale et à la consommation de substances. Ce travail rassemble la police, les ambulanciers paramédicaux et les groupes de soutien par les pairs afin de mieux répondre aux besoins de la communauté.

En décembre 2025, le conseil municipal a approuvé une enveloppe de 700 000 dollars pour soutenir l'expansion du programme ANCHOR (Intervention alternative en cas de crise dans les quartiers). La zone de desserte élargie sera mise en place plus tard cette année, s'étendant vers l'est pour inclure le marché By, Lowertown, Sandy Hill, Lees Towers, Vanier et Overbrook.

Merci à nos partenaires — Santé publique Ottawa, le Centre Somalien pour les services à la famille, le CESOC, le Canadian Women of Colour Leadership Network et le Centre de santé communautaire de Somerset West — pour leur collaboration continue dans le cadre de cet important travail. Pour en savoir plus sur l'extension du programme ANCHOR, consultez le site Web.

Recommandation issue de l'enquête - Formation à l'intervention en situation de crise du Service de police d'Ottawa

Dans le cadre de la formation annuelle d'une semaine sur l'intervention en situation de crise organisée par le Service de police d'Ottawa, le CSMNO a animé une séance de 90 minutes axée sur la santé mentale et les services de soutien offerts aux résidents noirs. Les agents ont reçu des trousseaux de ressources pratiques, comprenant notamment les listes de Santé publique Ottawa ainsi que les coordonnées des services d'assistance téléphonique du Centre de santé communautaire Somerset West et des Services communautaires Britannia Woods, à utiliser lors de leurs interventions sur le terrain.

La formation comprenait également des exercices interactifs basés sur des scénarios, accompagnés de précieux commentaires de professionnels de la santé mentale et de pairs ayant une expérience vécue, aidant ainsi les agents à acquérir les compétences nécessaires pour obtenir de meilleurs résultats lors d'interventions comportant une composante de santé mentale.

Possibilités d'action de plaidoyer en 2026

Possibilités d'action de plaidoyer en 2026

Ces domaines prioritaires ont été identifiés par nos partenaires comme des secteurs dans lesquels un renforcement des actions de plaidoyer viendrait soutenir leur travail :

1. Consommation de substances psychoactives et suicide
2. Logement
3. Action dans le domaine de la justice
4. Équité en matière de soins de santé et recherche

[Cliquez pour télécharger la présentation de la dernière réunion du groupe de travail «Plaidoyer et évolution des systèmes »](#)



La prochaine réunion du groupe de travail sur la défense des intérêts et le changement systémique sera le 25 mai 2026 de 15h30 à 16h30

Mise à jour du groupe de travail sur la sensibilisation à la santé mentale

Les membres du groupe de travail sur la sensibilisation à la santé mentale diffusent des informations sur la santé mentale et le bien-être et mènent des actions de sensibilisation et d'engagement auprès des membres de la communauté, du grand public, ainsi que des partenaires et des parties prenantes. Ce groupe de travail rassemble des personnes issues de divers horizons professionnels et personnels qui collaborent pour promouvoir les programmes et services de santé mentale destinés à la communauté noire, réduire la stigmatisation et favoriser un dialogue ouvert sur la santé mentale avec les résidents noirs.

Une délégation de la CSMNO participera à une conférence en mai

Les consultants de la communauté de pratique du CSMNO feront une présentation lors de la prochaine [conférence sur la santé mentale des Noirs organisée](#) par l'Université d'Ottawa en mai, sous l'égide du Dr Jude Cénat et de l'équipe du V-TRaC Lab. Cette année, une délégation de 10 membres se joindra à Shannon Black et Papa Ladjiké Diouf pour partager les enseignements tirés de la communauté de pratique. Composée de conseillers, de membres du personnel, de pairs aidants et de membres de la communauté, notre délégation a hâte de transmettre ces informations à nos organisations et à nos communautés. Pour en savoir plus sur la communauté de pratique, consultez notre site [web](#).

Engagement communautaire

Nous avons déjà fait la promotion de vos programmes et services lors de sept événements communautaires cette année ! Cet été, les bénévoles et le personnel chargés de l'engagement communautaire seront rejoints par des intervenants de soutien par les pairs issus de la communauté noire lors d'événements organisés dans toute la ville. Venez nous rendre visite à notre stand et découvrez comment vos programmes et services sont mis en avant lors des événements à venir :

- Santé mentale des jeunes : préparation et attitude positive - 18 avril, de 9 h à 13 h 30
- Événement de partage des connaissances : organisé par SPO et l'Université d'Ottawa - 7 mai, de 10 h à 12 h
- Événements de la Semaine d'accueil d'Ottawa de PLIO - diverses dates en juin 2026

Informations sur la consommation de substances et l'automutilation

Lors de récentes réunions, les membres ont exprimé leur souhait de disposer de données et d'informations plus précises sur la consommation de substances et les taux de suicide au sein de la communauté noire d'Ottawa. Nous allons collaborer avec nos partenaires pour compiler et fournir ces informations dès qu'elles seront disponibles. En attendant, vous pouvez vous renseigner davantage en ligne.

- La série « [temps d'EN parler](#) » a été développée par Santé publique Ottawa afin de sensibiliser le public à l'importance de la santé mentale et comprend des vidéos sur la santé liée à la [consommation de substances](#).
- Vous pouvez également télécharger le document « [Expériences liées au suicide dans les communautés afro-caribéennes et noires au Canada](#) ».



Cliquez pour télécharger la présentation de la dernière réunion du groupe de travail sur la sensibilisation à la santé mentale

La prochaine réunion du SSM sera le 21 Septembre de 15h30 à 16h30

Mise à jour du groupe de travail sur le soutien en santé mentale

Le groupe de travail sur le soutien en santé mentale a pour mission de faire progresser les activités des organisations membres et les initiatives de la Coalition. Il est composé de personnes issues de divers horizons professionnels et personnels qui collaborent pour promouvoir le changement et y contribuer, en proposant des services et des programmes de soutien en santé mentale individuels ou en groupe aux résidents, ou encore en assurant la supervision clinique des professionnels de la santé mentale.

Liste de ressources récemment mise à jour

La liste de ressources sur la santé mentale, les dépendances et la consommation de substances chez les personnes noires à Ottawa répertorie les services destinés à la communauté noire de la région. Cette liste a été établie par le Centre de santé communautaire Somerset West et Santé publique Ottawa, en collaboration avec des organismes et des organisations qui offrent des services sociaux et de santé mentale gratuits aux communautés noires d'Ottawa.

•**English:** [African, Caribbean, Black \(ACB\) Mental Health and Substance Use Health Resource List](#)

•**French:** [Liste de ressources en santé mentale, en dépendances et en santé liée à l'usage de substances pour les communautés noires d'Ottawa](#)

Le saviez-vous? Il existe deux lignes d'assistance téléphonique à la disposition des professionnels et des usagers, qui peuvent vous aider à vous orienter dans le système et à défendre vos droits, à trouver un logement, à bénéficier d'une aide alimentaire ou à accéder à une banque alimentaire, ainsi qu'à obtenir de l'aide en matière d'immigration et d'établissement, et à accéder aux services de santé et aux services sociaux.

[La ligne d'assistance téléphonique pour la communauté](#) noire est gérée par le Centre de santé communautaire de Somerset West et est disponible en swahili et en anglais, ainsi que dans d'autres langues sur demande.

Ligne d'assistance téléphonique : (343) 571-0097

[Le service d'aide aux personnes noires victimes de discrimination raciale \(BRISC\)](#), est géré par Britannia Woods Community House et propose une assistance en anglais, en français, en somali, en arabe, en swahili et en lingala. **Pour obtenir une aide d'urgence, appelez le BRISC au : 613-596-3299**

Opportunités de formation en 2026

Le CSMNO est fier d'annoncer qu'en collaboration avec ses partenaires de formation, il proposera deux formations ouvertes au public en 2026. De plus amples informations seront communiquées aux membres par e-mail dès qu'elles seront disponibles.

- [La formation SMART Recovery](#) sera dispensée en français par Olivier Engoute en juin 2026. Cette formation se déroulera en ligne. Surveillez vos e-mails pour obtenir plus de détails et vous inscrire.
- [La formation aux premiers secours en santé mentale](#) sera proposée au grand public en français et animée par Jacklyn St. Laurent. Cette formation se déroulera en présentiel ; les dates et les détails seront communiqués prochainement.

[Cliquez pour télécharger la présentation de la dernière réunion du groupe de travail sur les mesures de soutien en santé mentale](#)



La prochaine réunion du groupe de travail sera le 19 Octobre de 15h30 à 16h30

Afin de réduire davantage les obstacles, la Coalition mettra à la disposition de ses membres une liste sélectionnée d'appels à projets. Cette initiative vise à faciliter l'accès à un large éventail de possibilités de financement, afin de garantir que les membres soient bien placés pour postuler à des subventions adaptées au travail important mené au sein des communautés ACN.

Opportunités de financement actuelles à prendre en considération :

Ville d'Ottawa

Plusieurs volets

La Ville d'Ottawa propose plusieurs volets de subventions ouverts aux candidatures :

Renforcement des capacités

Aide toutes les communautés culturelles d'Ottawa à renforcer leurs capacités organisationnelles. Pour plus d'informations, cliquez [ici](#).

- **Date limite:** 3 juin 2026
- **Montant:** jusqu'à 150 000 \$

Programme de financement pour l'infrastructure culturelle

Ce fonds soutient la modernisation des équipements et lieux culturels locaux en finançant de petits travaux de rénovation, l'achat de matériel et des études de faisabilité d'investissements. Pour plus d'informations, cliquez [ici](#).

- **Date limite:** 17 juin 2026
- **Montant:** jusqu'à 15,000 \$

Fondation Trillium de l'Ontario - Subventions de démarrage

Les subventions de démarrage aident les organismes à améliorer la prestation de programmes et de services qui profitent directement aux membres de la communauté. Le financement peut soutenir des projets axés sur la planification organisationnelle, la mise en place d'un nouveau programme et/ou le renforcement des capacités en vue de la planification de futurs programmes ou services. Cliquez [ici](#) pour plus de détails.

- **Date limite:** 19 août 2026
- **Montant:** jusqu'à 100,000 \$

Fondation TELUS pour un future meilleur (troisième cycle)

Ce programme finance des initiatives destinées aux jeunes (âgés de moins de 29 ans) qui rencontrent des obstacles les empêchant de réaliser pleinement leur potentiel.

Les programmes doivent porter sur la santé ou l'éducation et être mis en œuvre dans l'une des régions approuvées, dont fait partie Ottawa. Cliquez [ici](#) pour plus d'informations.

- **Date limite:** 2 octobre 2026
- **Montant:** non précisé

Fondation Trillium de l'Ontario - croissance

Les subventions de croissance soutiennent des programmes et des services bien établis qui ont fait leurs preuves. Les fonds peuvent servir à développer, améliorer ou adapter un programme ou un service existant. Cliquez [ici](#) pour plus de détails.

- **Date limite:** 4 novembre 2026
- **Montant:** jusqu'à 600 000 \$ sur deux ou trois ans

Fondation Peter Gilgan

La Fondation Peter Gilgan investit dans des initiatives axées sur les résultats qui améliorent le bien-être des enfants, des familles et des communautés. Le volet « Enfants, jeunes et familles » finance des programmes axés sur l'éducation et les opportunités économiques, la santé mentale des enfants et des jeunes, ainsi que la sécurité alimentaire et les systèmes alimentaires. Cliquez [ici](#) pour plus d'informations.

- **Date limite:** Appels à candidatures permanents
 - **Montant:** jusqu'à 100 000 \$
-

Engagement communautaire



Programme « Black Youth Court Navigator » du Somali Centre destiné aux jeunes

Le Centre somalien de services à la famille a officiellement lancé le programme « Black Youth Court Navigator », qui offre un soutien adapté à la culture des jeunes Noirs âgés de 12 à 18 ans confrontés au système judiciaire.

La coordinatrice du projet accepte actuellement les demandes d'orientation et peut être jointe au 613-526-2075, poste 238, ou par courriel à l'adresse ag.saleban@scfsottawa.org.

Impact Action - le 6 mai à la Galerie d'art d'Ottawa

Organisé conjointement par l'honorable René Cormier, le Comité de lutte contre le sida d'Ottawa et les Instituts de recherche en santé du Canada, cet événement réunira des chercheurs et des leaders communautaires qui contribuent à transformer la réponse du Canada face aux infections sexuellement transmissibles et aux infections transmissibles par le sang. Cliquez [ici](#) pour vous inscrire.



« Walrus Talk » de Suzanne Obiorah

Suzanne Obiorah a prononcé un discours percutant sur la crise liée à la toxicité des drogues lors de la conférence « The Walrus Talk », organisée en partenariat avec Addictions and Mental Health Ontario. Vous pouvez visionner la vidéo sur YouTube [ici](#).

Engagement communautaire



Programme Jaku Konbit Black Justice Navigator

Le programme « Black Justice Navigator » de Jaku Konbit est une nouvelle initiative destinée à aider les personnes et les familles noires à s'y retrouver dans le système judiciaire. Ce programme propose un accompagnement adapté à la culture des participants, des services de défense de leurs droits et une mise en relation avec des ressources juridiques et communautaires, afin de les aider à comprendre leurs droits, à surmonter les obstacles systémiques et à obtenir des décisions judiciaires justes et équitables. Pour plus d'informations, cliquez [ici](#).

uOttawa PARTICIPANTS RECHERCHÉS

PARENTS NOIRS : C'EST VOTRE TOUR DE PARLER.

Participez à une étude universitaire sur la parentalité chez les personnes noires.

Critères de participation:

- ✓ Parents d'enfants Noirs âgés de 2 à 12 ans.
- ✓ Citoyen canadien ou résident permanent
- ✓ 18 ans +

Comment participer?

Questionnaire en ligne ~ 25 minutes

Tirage/Draw

Pourquoi participer ?

- Rectifiez les perceptions entourant les familles Noires
- Aidez-nous à mieux comprendre les liens entre la parentalité Noire et le système de protection de l'enfance.

Study approved by the university of Ottawa's office of research ethics and integrity. gnyio096@uottawa.ca

Appel lancé par des parents noirs

Cette étude recherche des parents noirs d'enfants âgés de 2 à 12 ans pour répondre à un bref questionnaire en ligne de 25 minutes dans le cadre d'une étude. Pour participer, cliquez [ici](#).

Marche pour le rétablissement - 20 juin

Vous êtes invité-e à marcher, à vous déplacer en fauteuil roulant, à rouler ou à flâner pour soutenir les femmes et les personnes de tous genres aux prises avec une dépendance. Inscrivez-vous pour participer à la marche ou faites un don [ici](#).



AMETHYST CENTRE
CENTRE AMETHYST
OTTAWA D'OTTAWA

FR ONLY: Examen des préférences des communautés noires en matière de soins primaires

Le Wesley Institute recrute jusqu'à 20 personnes francophones issues des communautés noires pour participer à des groupes de discussion. Le groupe se réunira virtuellement pour une durée pouvant aller jusqu'à 90 minutes. L'enregistrement audio de la discussion sera fait sur Zoom et transcrit à des fins d'analyse. Si vous souhaitez participer à l'étude ou si vous avez des questions à son sujet, contactez fatmata.kamara@camh.ca.



Examen des préférences des communautés noires en matière de soins primaires

Community Engagement

Traitements forcés au Canada
Enjeux actuels et débats

Demi-journée de réflexion et d'échanges
14 mai de 13 h à 19 h

Forced Treatments in Canada
Current issues and debates

Half-day of reflexion and exchanges
May 14 from 1 pm - 7 pm







Faculté de droit
Faculty of Law
DROIT CIVIL



CHAIRE DE RECHERCHE
DU CANADA
EN SANTÉ MENTALE
ET ACCÈS À LA JUSTICE



CENTRE DE DROIT, POLITIQUE
ET ÉTHIQUE DE LA SANTÉ
Université d'Ottawa

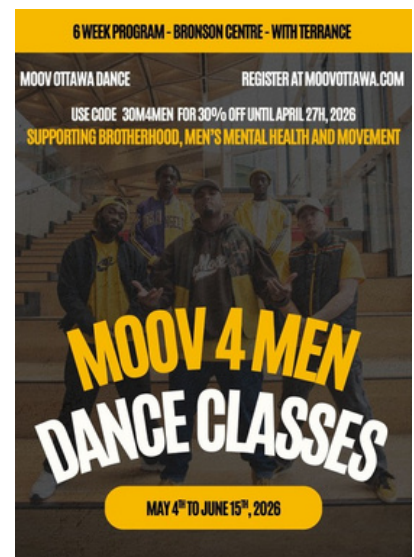
CENTRE FOR HEALTH LAW,
POLICY AND ETHICS
University of Ottawa

Les traitements forcés au Canada - 14 mai 2026 à l'Université d'Ottawa

Une demi-journée de réflexion et de discussion sur les traitements psychiatriques et de toxicomanie imposés au Canada aura lieu le jeudi 14 mai, de 13 h à 19 h, au 55, avenue Laurier Est (Pavillon Desmarais), salle 12102, à l'Université d'Ottawa. Au programme : présentation des conclusions préliminaires du rapport Beyond Tomorrow: Psychiatric and Addiction Forced Treatments in Canada, table ronde et discussion de groupe, entre autres. Pour plus d'informations, cliquez [ici](#).

Appel aux participants noirs

Avez-vous déjà eu l'impression que votre consentement n'était pas respecté dans le cadre de soins psychiatriques ? Si oui, l'équipe de recherche de l'Université d'Ottawa aimerait vous interviewer. Pour plus de détails, envoyez un e-mail à Emmanuelle Bernheim à l'adresse Emmanuelle.bernheim@uottawa.ca



Resources

If you know of a resource and don't see it here, please let us know!
Contact us at ottawabmhcoalition@gmail.com



ACB Community Counselling Portal

Available in French and English, this portal is staffed by OBMHC partner organizations and supported by clinical supervisors with extensive experience supporting Black community members. Book an appointment online or by calling 2-1-1.

BOOK NOW

Sawubona Resources Caregivers Tool Kits

Sawubona Africentric Circle of Support is a non-profit organization that aims to EMPOWER Black caregivers of individuals with disabilities and their families. They have toolkits specifically for Black caregivers. Download their toolkits and tip sheets in English and French

LEARN MORE



ACB Mental Health and Substance Use Resource List

Ottawa Public Health and Somerset West CHC have updated the ACB Mental Health and Substance Use Resource List.

Download the PDF online:

[Mental Health, Addictions and Substance Use Health Services and Resources](#)

[Services et ressources de santé mentale, dépendances et de santé liée à l'utilisation de substances](#)



Crisis Support

- **Ottawa Rape Crisis Centre** offers a 24/7 crisis line for those seeking immediate emotional support. Reach out at 613-562-2333. Additionally, Chat & Text Support service is accessible every day from 12 pm to 12 am. Text 613-544-6424. Visit www.orcc.net for more information.
- **Nisa Helpine** – 1-866-315-NISA (1-866-315-6472) assisting Muslim Women by providing peer-to-peer counselling 12 hours per day, 7 days per week. nisahelpine.com
- **Naseeha Youth Helpline** – 1 (866) NASEEHA (627-3342) provides a confidential helpline for young Muslims to receive immediate, anonymous, and confidential support over the phone from 3 – 9 pm, 7 days a week.

Resources

If you know of a resource and don't see it here, please let us know!
Contact us at ottawabmhcoalition@gmail.com



Mental Health Supports and Resources

- **Britannia Woods Support Line: Support Channel for Black Racialized Individuals (CSIRN)** - Phone: +1 613-596-3299 - CSIRN services are available Mondays and Thursdays (10 a.m. to 3 p.m.) - Language services are available in the following languages: English, French, Somali, Arabic, and Linagalu
- **Muslim Family Services Ottawa** offers culturally-appropriate and trauma-informed counseling and psychotherapy services for individuals, couples, children, youth, and families in English, French, Arabic, and other languages. Phone: (613) 562-2273



IWSO AFTER-HOURS INTAKE


CALL 343-961-6807 FOR CRISIS SUPPORT

Starting January 22 2025, clients and service providers can call the number listed above outside of standard office hours to get connected with an intake worker. The hours are as follows:

Wednesday-Friday: 5:00PM-8:00PM
Saturday: 9:00AM-2:00PM

Language interpreters will also be available for after-hours intake.

For more information please contact:
marieann@iwsoc.ca



After Hours Intake

In an effort to address the gap in services after hours and increase the accessibility of services, Immigrant Women Services of Ottawa (IWSO) will be offering after hours intake and crisis intervention. Service providers and clients will now be able to call **343-961-6807** after hours, Wednesday through Saturday, to speak with me and complete their intake. You are also welcome to refer clients directly over email and staff will contact them to complete the intake. Additionally, IWSO's language interpretation services are available after hours to support clients.

For more Info contact Marieann Thottungal at:
marieann@iwsoc.ca

Impact Report

The release of CWCLN's Black Maternal Health and Reproductive Justice Impact Report—held on International Day of Action for Women's Health—sparked engagement across Ottawa and beyond. Community members, partner organizations, and sector allies voiced support, highlighted systemic gaps, and affirmed the importance of Black-led leadership in maternal health advocacy.

[READ THE REPORT](#)

Parents for Diversity Workshop Catalogue

Parents for Diversity is offering workshops that are customizable and currently available in English, Spanish, with select workshops in French. Formats include online, in-person, and hybrid delivery. Workshops are designed for groups of 15–50 participants. More information available [here](#).





Proud Members of the Ottawa Black Mental Health Coalition

