

Coalition pour La Santé Mentale des Noir.e.s

NOUVELLES TRIMESTRIELLES



le 2 mars, 2026

Semaine de la Santé Mentale des Noirs d'Ottawa 2026

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

Annnonce d'un nouveau financement pour les membres Soutien au renforcement des capacités du CSMNO

Comme vous le savez, nous nous sommes efforcés d'obtenir des fonds pour la Coalition afin de renforcer notre soutien au renforcement des capacités des organisations membres et d'essayer d'assurer un financement stable pour les postes du personnel de la Coalition.

L'année dernière, le conseil d'administration a approuvé l'allocation de 9 000 dollars de notre budget pour aider les organisations membres éligibles à accéder à un soutien en matière de communication, de matériel imprimé, de rédaction de demandes de subventions, etc. Les organisations ont identifié les domaines prioritaires suivants

Priorités en matière de renforcement des capacités des membres

- Rédaction de demandes de subvention
- Communication stratégique et soutien sur les réseaux sociaux
- Matériel promotionnel
- Soutien opérationnel et en matière de gouvernance
- Mise à jour et maintenance du site web

En décembre, le personnel de coordination du CSMNO a rencontré des représentants de la ville. Je suis ravi d'annoncer que nous avons obtenu un financement supplémentaire **unique de 80 000 dollars en 2026** pour soutenir le renforcement des capacités. Ces fonds serviront à prolonger les contrats existants et à élargir notre offre aux membres en matière de soutien sur les réseaux sociaux, de rédaction de demandes de subventions, de coordination de la formation de la communauté de pratique, de promotions imprimées pour la sensibilisation et à contracter un soutien administratif trois jours par semaine de février à décembre 2026.

Dans cette infolettre, vous verrez des mises à jour sur:

La coordination de la coalition

La défense des intérêts et le changement systémique

La sensibilisation à la santé mentale

Le soutien en santé mentale

Les événements d'engagement communautaire

Les ressources sur la santé mentale et les dépendances

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

Préparation pour la Semaine de la santé mentale des noirs de 2026

Visitez le nouveau [site Web de la Semaine de la santé mentale des Noirs](#) pour obtenir tous les détails.

Le 2026 SSMNO proposera :

- Soutien individuel par les pairs et aide à l'orientation dans notre espace Quieter Connections
- Espace de prière dédié aux participants qui observent le ramadan
- Plus de 30 stands de partenaires communautaires à l'exposition
- Ateliers pour les cliniciens, y compris une formation contre la stigmatisation co-présentée par CSMNO et CAPSA
- Parmi les invités spéciaux figurent Sarah Onyango, le maire Sutcliffe, le conseiller King et bien d'autres
- Spectacles spéciaux de Kahmaria Pingue, Abena Green et de l'artiste N'nerjie

Pour obtenir plus des détails, visitez le nouveau site web www.obmhc.ca.

Comment participer au 2026 SSMNO

Il existe plusieurs façons de participer. Cliquez sur les liens ci-dessous pour obtenir plus de détails et vous inscrire :

- **Devenez bénévole** le 2 mars pour aider à coordonner le transport des clients, à les inscrire et à les accompagner dans leurs activités. Inscrivez-vous [ICI](#).
- **Tenez un stand** à [l'exposition communautaire](#), partagez vos documents avec le public et développez votre réseau.
- **Inscrivez-vous pour participer** à l'événement du 2 mars et recevez toutes les [mises à jour et informations](#) sur les autres événements communautaires organisés tout au long de la semaine.

Le saviez-vous?

Une [étude menée par le Dr Jude](#) Cenat à l'Université d'Ottawa a révélé que 14,8 % des participants ont déclaré avoir consommé une substance au cours des 12 derniers mois.

Selon les données compilées par Santé publique Ottawa :

Le suicide est la principale cause de décès chez les jeunes et les jeunes adultes (15 à 34 ans) au Canada. À Ottawa, le nombre de suicides est le plus élevé dans la tranche d'âge des 45 à 64 ans.

Un résident d'Ottawa sur quatre (24 %) souhaitait parler à quelqu'un de sa santé mentale, mais ne savait pas vers qui se tourner pour obtenir de l'aide.



Organisez un événement pendant le 2026 SSMNO

Si vous prévoyez d'organiser un événement, veuillez envoyer votre affiche au format PNG, une description et les liens d'inscription à mjames@swchc.on.ca et nous l'inclurons sur le site web !

Inscrivez-vous pour participer, devenez bénévole, ou tenez un stand à l'exposition communautaire!

Télécharger tous les détails [ICI](#)

Mise à jour de la coordination de la Coalition

Lancement de deux NOUVEAUX sites Web

Vous pouvez accéder aux informations et aux services du CSMNO en ligne, sur le [nouveau site web](#) de la Coalition. Ce site web permet aux utilisateurs d'accéder à davantage d'outils qui leur sont utiles. Vous pouvez désormais trouver les dernières newsletters et les documents destinés aux membres, des services de conseil, un soutien par les pairs, une aide à la navigation dans le système, des opportunités de bénévolat et bien plus encore, le tout sur un seul site facile à naviguer. Nous tenons à remercier tout particulièrement Rommel Santos de WebWorks et Mahmoud Ibrahim pour avoir donné vie à notre vision dans le monde numérique !

Plus forts ensemble

Notre objectif est d'améliorer l'accès aux services de santé mentale pour les résidents noirs en :

- collaborer avec des partenaires pour promouvoir le bien-être mental
- fournir des services aux professionnels et au public
- Plaider pour un changement systémique.

Qu'as-tu envie de faire aujourd'hui ?

Reins-en davantage sur le terrain

« J'ai rejoint des dizaines de réunions et des membres de 25 organisations locales qui offrent des services de santé mentale et de bien-être aux communautés noires. »

Parler à un conseiller en santé mentale

« J'en ai eu avec deux personnes pendant 1 à 2 semaines de consultation anonyme en ligne ou par téléphone avec des conseillers professionnels ? Sans frais d'accès, et sans guai. »

Trouver un groupe de soutien par les pairs

« Je suis en lien avec des personnes qui ont vécu des expériences similaires. Les facilitateurs de soutien par les pairs possèdent une expérience élevée et ont une formation spécifique pour ce rôle. »

Échanger avec d'autres professionnels et apprenants

« J'ai participé à des ateliers de pratique pour améliorer les compétences de la santé avec des intervenants, des pairs et un réseau professionnel qui renforce leur capacité à fournir des services adaptés aux membres de la communauté noire. »

Servir à l'OSBHC

« Les personnes qui ont rejoint le Comité peuvent obtenir leur bénévolat auprès du Comité de santé communautaire de l'OSBHC. C'est une très belle opportunité de servir la communauté noire. »

Vous ne savez pas quoi faire ?

« Les résidents et les professionnels peuvent obtenir plus d'informations et des conseils sur des services et des aides existantes en appelant l'un des lignes d'assistance téléphonique. »

Rejoignez notre communauté !

Recevez des nouvelles de l'OSBHC grâce aux actualités et l'information d'abonnement dans votre boîte mail. * Cliquez pour vous inscrire maintenant à leur contenu.

Rejoindre **Signaler**

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



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

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

Conseil directeur d'Ottawa sur la santé mentale et les dépendances

Le CSMNO continue de préconiser une approche « sans fausse route » pour répondre aux crises liées à la santé mentale et à la consommation de substances. Cela comprend la formation et la rétroaction aux premiers intervenants de la police et des ambulanciers paramédicaux, ainsi que la défense des intérêts des résidents de la ville, en particulier ceux qui souhaitent ou ont besoin d'une alternative aux services traditionnels du 9-1-1. Après une première année couronnée de succès pour le programme ANCRE au centre-ville, cette initiative continue d'évoluer et la ville s'est désormais engagée à verser 700 000 dollars supplémentaires pour étendre les services à un autre quartier. Le Conseil consultatif s'est réuni à plusieurs reprises ces dernières semaines et est en train de formuler des recommandations au conseil municipal concernant cette extension.

Roots of Care : Ressources pour les aidants naturels

Dans le cadre des travaux du Conseil directeur, les représentants du CSMNO ont collaboré à l'élaboration de ressources destinées aux aidants, qui ont été lancées à la fin de l'année dernière à l'hôtel de ville. Les consultations communautaires ont permis de mettre en évidence le rôle essentiel que jouent les aidants dans la vie des résidents confrontés à des problèmes de santé mentale et de toxicomanie. Les ressources destinées aux aidants et à leurs proches peuvent être difficiles à trouver ou à consulter. Désormais, les résidents et le personnel des agences peuvent consulter un document succinct d'une page, disponible en anglais, en français, en somali et en arabe.

Au cours de cet événement d'une demi-journée, le Centre somalien pour les services à la famille a présenté son projet Wanaag comme un exemple de programme social communautaire axé sur la prévention et la promotion du bien-être dans la communauté. Pour plus d'informations sur le projet Wanaag, veuillez contacter le coordinateur du programme Amal Othman a.othman@scfsottawa.org, ou rendez-vous au stand de l'exposition communautaire organisée dans le cadre de la Semaine de la santé mentale des Noirs.



Culturally Sensitive Care

Our services are designed by and for the Somali community, embracing holistic healing rooted in faith, family, and culture. Our Somali therapists provide mental health support that honors cultural values and beliefs.

Get In Touch With Us!

We welcome Somali youth who are looking for support with mental health challenges. To register for individual or group counselling, or to attend a wellness workshop, simply contact us via the info below:

613-526-2075 ext.260

a.othman@scfsottawa.org

200-1729 BANK ST. OTTAWA, ON, K1V 7Z5

@SCFSOTTAWA

WWW.SCFSOTTAWA.ORG

WANAAG PROJECT

Strengthening Somali Youth Mental Health and Resilience Through a Cultural Lens

"The greatest act of resistance is to love yourself. It is to say, 'I'm not going to let this moment define me. I'm going to keep moving, and I'm going to keep fighting'"

-Kerry Washington, Actress & Mental Health Advocate



SUPPORTING A LOVED ONE WITH MENTAL HEALTH AND/OR SUBSTANCE USE HEALTH CHALLENGES

ARE YOU A CAREGIVER?

If you support a family member, friend or neighbor with mental health and/or substance use challenges, you are a caregiver. Caring for someone with these challenges can be stressful and overwhelming. Here are some ways to recharge and find support for yourself:

- WAYS TO RECHARGE AND FIND SUPPORT FOR YOURSELF**
- ARE YOU A CAREGIVER?**
- ARE YOU EXPERIENCING A CRISIS NOW?**
- DO YOU WANT TO TAKE CRISIS TRAINING SO YOU CAN SUPPORT A LOVED ONE?**

WHERE CAN YOU FIND HELP FOR A LOVED ONE IN OTTAWA?

Community Helpline of Eastern Ontario 9-1-1

Black Community Support Line 613-732-4887 or go to www.blackcommunitysupportline.org

Black Residential Outreach Support Channel 613-732-4887 or go to www.blackcommunitysupportline.org

Black Community Support Line 613-732-4887 or go to www.blackcommunitysupportline.org

Black Residential Outreach Support Channel 613-732-4887 or go to www.blackcommunitysupportline.org

Black Community Support Line 613-732-4887 or go to www.blackcommunitysupportline.org

Black Residential Outreach Support Channel 613-732-4887 or go to www.blackcommunitysupportline.org

[La prochaine réunion du groupe de travail sur la défense des intérêts et le changement systémique](#)
sera annoncé dans le nouveau calendrier des réunions pour 2026, à venir prochainement !

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 (SSM) s'attachent à diffuser des informations sur la santé mentale et le bien-être, tout en déployant des efforts de mobilisation et d'action de proximité auprès des collectivités, du grand public, de leurs partenaires et des parties prenantes. Ce collectif est composé de personnes provenant de milieux professionnels et personnels variés, qui travaillent de concert pour promouvoir les programmes et services en santé mentale, réduire la stigmatisation et instaurer un dialogue franc sur la santé mentale au sein des communautés noires.

Engagement communautaire

Notre première activité d'engagement communautaire a été la soirée Black Out Night, le 16 janvier, au Centre national des Arts. Pendant le Mois de l'histoire des Noirs, vous pourrez rencontrer les bénévoles et le personnel du CSMNO lors d'événements organisés dans toute la ville. Venez nous rendre visite à notre stand et découvrez comment vos programmes et services sont promus lors des événements suivants :

- Événement de lancement du Mois de l'histoire des Noirs - dimanche 1er février, de 14 h à 17 h
- Événement « Somerset West The Future is Now » - Mardi 3 février, de 12 h à 16 h
- Marché de l'histoire des Noirs de l'Hôpital d'Ottawa - Vendredi 20 février, de 11 h 30 à 14 h 30

Messages clés de la Semaine de la santé mentale des Noirs

Cette année, le thème de la Semaine de la santé mentale des Noirs est « Consommation de substances et suicide : briser le silence ». Notre objectif principal cette année est de rassembler les gens, de réduire la stigmatisation liée à la consommation de substances, d'ouvrir le dialogue sur le suicide et de mettre les membres de la communauté en contact avec les services de soutien disponibles.

Dans une étude menée par [Dr. Jude Cenat](#) à l'Université d'Ottawa, les résultats ont montré que 14,8 % des participants ont déclaré avoir consommé une substance au cours des 12 derniers mois. Les hommes ont déclaré une fréquence de consommation de substances nettement plus élevée que les femmes. La discrimination raciale quotidienne et le lieu de naissance étaient des facteurs qui influençaient sur la consommation de substances.

Selon les données compilées par Santé publique Ottawa:

- Le suicide est la principale cause de décès chez les jeunes et les jeunes adultes (15-34 ans) au Canada. À Ottawa, le nombre de suicides le plus élevé concerne la tranche d'âge des 45-64 ans.
- Un résident d'Ottawa sur quatre (24 %) souhaitait parler à quelqu'un de sa santé mentale et ne savait pas vers qui se tourner pour obtenir de l'aide.

Appels à l'action du CSMNO

- **Apprenez-en** davantage sur les répercussions de la consommation de substances psychoactives et du suicide dans nos communautés. Souvent, la peur, la stigmatisation et la honte empêchent les gens d'obtenir de l'aide.
- **Recherchez les signes** de détresse et les symptômes de malaise. Il existe des formations, des informations et un soutien professionnel qui peuvent aider les aidants à comprendre ce qui se passe et comment soutenir leur proche. Si votre organisation souhaite savoir comment devenir « alerte au suicide », veuillez contacter Santé publique Ottawa à l'adresse MentalHealthTeam@Ottawa.ca
- **Appuyez-vous** sur les soutiens disponibles dans votre communauté. Utilisez le site Web de l'OBMHC, les organisations membres et les services de santé et communautaires locaux pour obtenir du soutien par les pairs, des conseils et des services de prévention en matière de bien-être. Vous pouvez parler gratuitement à un conseiller en prenant rendez-vous en ligne à l'adresse www.counsellingconnect.org, ou en appelant l'une des deux lignes d'assistance de la ville, [BRISC](#) ou [Black Community Support Line](#).

La prochaine réunion du SSM sera annoncé dans le nouveau calendrier des réunions pour 2026, à venir prochainement !

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

Le groupe de travail sur les soutiens en santé mentale 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 influencer le changement systémique en fournissant des soutiens et des programmes de santé mentale individuels ou collectifs aux résidents ou en assurant la supervision clinique des praticiens de la santé mentale.

Les services d'accompagnement psychologique [Counselling Connect](#)

Le portail de consultation communautaire ACN a reçu un financement prolongé de la Ville d'Ottawa jusqu'au 1er juillet 2026. Les Services à la famille juive administrent le service et ont confirmé que l'accès via la plateforme CareDove se poursuivra au-delà de 2026. Nous recherchons actuellement des fonds supplémentaires afin d'élargir la disponibilité des rendez-vous et des langues proposées sur le portail. En 2025, nous avons offert plus de 300 rendez-vous gratuits de counseling en santé mentale par l'intermédiaire de nos partenaires des services communautaires Britannia Woods et du centre de santé communautaire Somerset West. Nous remercions tout particulièrement nos superviseurs cliniques, Shannon Black et Papa-Ladjike Diouf, qui soutiennent les conseillers dévoués qui travaillent pour le portail. **Félicitations pour ces 5 années de service au sein de la communauté !**

Opportunités d'apprentissage pour la communauté et les cliniciens en 2026

Dans le cadre de la Semaine de la santé mentale des Noirs, les partenaires du CSMNO ont déterminé que l'un des éléments clés des activités de cette semaine devait être de proposer aux membres de la communauté des formations supplémentaires sur la prévention du suicide, les premiers secours en santé mentale, la stigmatisation et la consommation de substances psychoactives. 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 détails seront communiqués aux membres par e-mail dès qu'ils seront disponibles.

- [SMART Recovery](#) la formation sera dispensée en français et animée par Olivier Engoute. Vous pourrez rencontrer Olivier au SSMN lorsqu'il se joindra à nous pour une discussion bilingue au coin du feu.
- [Premier soins en sante mental](#) la formation sera offerte au public en français et animée par Jacklyn St. Laurent. Nous prévoyons organiser cette formation en anglais à l'automne.
- **Formation anti-stigmatisation** Le directeur clinique Papa Ladjiké Diouf et Shawn Fisk présenteront conjointement une formation spéciale anti-stigmatisation à notre groupe de pratique communautaire pendant la Semaine de la santé mentale des Noirs. Un grand merci à Shawn et à l'équipe de la CAPSA pour leur collaboration afin d'offrir cette formation pendant le 2026 SSMNO

Le saviez-vous ?

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 la direction du Dr Jude Cénat et de l'équipe du laboratoire V-TRaC. Rejoignez Shannon Black et Papa Ladjiké Diouf qui partageront les enseignements tirés de l'initiative de la communauté de pratique et expliqueront comment ce réseau professionnel soutient les cliniciens qui fournissent des soins aux résidents noirs d'Ottawa. Regardez ce court clip pour en savoir plus sur la communauté de pratique.

La prochaine réunion du groupe de travail sera annoncé dans le nouveau calendrier des réunions pour 2026, à venir prochainement !

Community Engagement

PROGRAMMES DE BIEN-ÊTRE POUR LES JEUNES ACN

Soutenir les enfants et jeunes Noirs, Africains et Caribéens à Ottawa

SOINS ADAPTÉS À LA CULTURE ET INFORMÉS PAR LES TRAUMATISMES

Le Programme de bien-être pour les jeunes ACN, compréhensif et valorisant aux enfants et aux jeunes noirs africains, caraïbéens.

NOS SERVICES

Thérapie à court terme :
Séances individuelles avec un intervenant en santé mentale (sur rendez-vous) pour les jeunes de 12 à 18 ans

Séances individuelles avec un(e) travailleur(se) social(e) (sur rendez-vous) pour les jeunes de 12 à 18 ans.

Programmes en petits groupes :
Séances de groupe animées par notre équipe dans des cadres communautaires

Présentations et sensibilisation au mieux-être
Favoriser le bien-être et la résilience dans notre communauté

QUI PEUT ACCÉDER CE PROGRAMME :

Enfants et jeunes de 6 à 18 ans
Lieu : Ottawa
Identité : Africain, Caraïbéen ou Noir

COMMENT RÉFÉRER

Courriel : ACBMentalHealthseochc.on.ca
Tél : +1 (613)-737-7195 poste. 1913

OÙ NOUS TROUVER

Centre de ressources ACB Wellness
Tous les sites du CSCSEO dans la communauté :

South-East Ottawa Community Health Centre

Centre de santé communautaire du sud-est d'Ottawa

Programmes de bien-être ACB

Pour des bilans de santé, des visites sans rendez-vous et des groupes de soutien adaptés à la culture des enfants et des jeunes de 12 à 18 ans de la communauté autochtone de Ottawa. Pour plus de détails, composez le **613-737-7195, poste 1913.**

Réservez la date : 2 avril 2026 Conférence La Grande Perspective

e Bigger Picture Conference : Action collective pour la santé maternelle des femmes noires sera le tout premier rassemblement national organisé par le CWCLN — à Ottawa, et ouvert à toutes les personnes engagées pour l'équité, le bien-être et le changement systémique. Visitez canadianwomenofcolour.ca pour plus d'information.

Groupe de soutien virtuel pour les parents d'adolescents suicidaires

Ce groupe de soutien par les pairs offre des liens, des outils et du soutien aux parents et aux aidants qui font face aux défis liés au soutien des jeunes et des jeunes adultes suicidaires jusqu'à l'âge de 25 ans.

Session de 8 semaines, du 14 janvier au 4 mars 2026, avec une soirée d'introduction le 10 décembre.

Les mercredis sur Zoom, de 19 h à 20 h 30.

Inscrivez-vous à l'adresse suivante :

<https://pleo.on.ca/psy-support-group>

inscription requise

gratuit | confidentiel | animé par des pairs

Pour les parents et proches aidants de jeunes et de jeunes adultes suicidaires (jusqu'à 25 ans)

Groupe de soutien virtuel pour parents de jeunes suicidaires

Série de 8 semaines : du 14 janvier au 4 mars 2026
Soirée d'introduction le 10 décembre
Les mercredis sur Zoom | 19 h à 20 h 30
Inscription : pleo.on.ca/psy-support-group

Ce groupe de soutien par les pairs offre un espace sécuritaire et accueillant où les parents et proches aidant-e-s peuvent échanger, partager leurs expériences et acquérir des outils pour mieux faire face aux défis liés au soutien d'un-e jeune ou d'un-e jeune adulte suicidaire.

Offert par Pleo et The Robbie Dean Family Counselling Centre
Coanimé par : un-e adulte et par des pairs bénévoles du Pleo et un-e conseiller-ère en dépendance du TDSFCC

Offert en anglais seulement. Si vous souhaitez voir ce groupe offert en français, veuillez écrire à : francophone@pleo.on.ca

RÉSERVEZ LA DATE

Black Maternal Health & Reproductive Justice Month

CONFÉRENCE LA GRANDE PERSPECTIVE

2 AVRIL 2026 9 H 30 (HE)

Inscrivez la date à votre agenda!
Plus d'informations à venir bientôt

canadianwomenofcolour.ca

CWCLN

Community Engagement

A promotional poster for SAFIED 2026, the Salon du financement des entrepreneurs issus de la Diversité. The poster features a large blue hexagon with the text 'SAFIED 2026' and 'Salon du financement des entrepreneurs issus de la Diversité'. To the left, a green banner reads 'EY CENTER' and 'Jeudi & Vendredi 5 - 6 MARS 2026'. Below this, a red button says 'Pour Informations:' and a white button says 'info.cacia@cesoc.ca'. A QR code is also present. The bottom of the poster lists the sponsors: CÉSOC, FCDÉE, CACIA, and Ontario.

EY CENTER
Jeudi & Vendredi
5 - 6 MARS 2026
À partir de
08:30 AM

Pour Informations:
info.cacia@cesoc.ca

Inscription générale ici

Propulsé par :
CÉSOC FCDÉE CACIA Ontario

SAFIED -Pour les entreprises francophones - 5-6 mars 2026

The Salon du financement des entrepreneurs issus de la diversité (SAFIED) revient pour sa troisième édition les 5 et 6 mars 2026 à Ottawa, avec une ambition renouvelée : accélérer l'accès au financement et soutenir l'expansion des entreprises francophones détenues par des personnes issues de la diversité. Les inscriptions sont désormais ouvertes pour les participants, les exposants, les partenaires et les commanditaires. S'inscrire [ici](#).

A poster for a virtual support group. It features a photo of a person with their head in their hands, looking distressed. The text is in French and English. It mentions 'Groupe de soutien virtuel SMART Recovery - Famille et ami-e-s (en français)' and provides a Zoom link. Logos for Pleo and CAP are also present.

gratuit | confidentiel | animé par des pairs

venez nous rejoindre sans rendez-vous

pour les membres de la famille et les amis de proches avec des dépendances ou des comportements addictifs

Groupe de soutien virtuel
SMART Recovery - Famille et ami-e-s (en français)
Tous les deux lundis sur Zoom, de 18h30 à 20h00

Rejoignez-vous à : zoom.us/j/87601534643

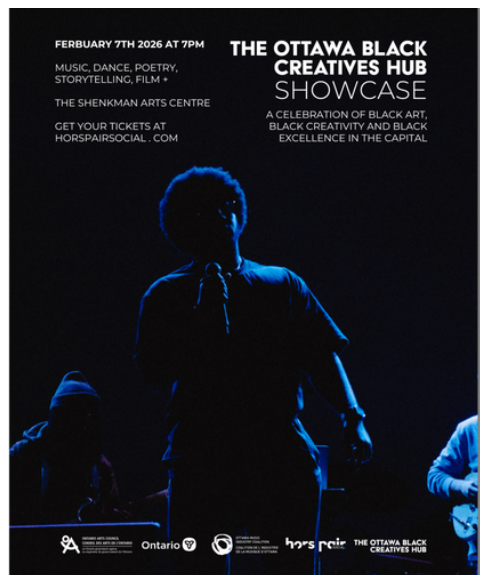
Ce groupe de soutien sans inscription, animé par des pairs, offre un espace sécuritaire et bienveillant où les membres de la famille et les ami-e-s (18+) qui accompagnent un-e proche aux prises avec des dépendances ou des comportements addictifs peuvent se connecter, partager des informations et des ressources, et trouver du soutien au sein d'une communauté qui comprend.

Offert par Pleo et Le CAP, en français

Ce groupe est offert en français; toutefois, un groupe similaire est offert en anglais. Pour plus d'informations, veuillez visiter : pleo.ca/

Groupe de soutien virtuel de Pleo et Le CAP

Un groupe de soutien virtuel gratuit et sans rendez-vous, offert en français, pour les membres de la famille et les amis (âgés de 18 ans ou plus) qui soutiennent un proche aux prises avec une dépendance ou des comportements addictifs, peut se connecter.. [Cliquez](#) pour plus d'information.

A poster for 'THE OTTAWA BLACK CREATIVES HUB SHOWCASE'. It features a silhouette of a person standing with their hands on their hips. The text includes the date 'FEBRUARY 7TH 2026 AT 7PM', the activities 'MUSIC, DANCE, POETRY, STORYTELLING, FILM', and the location 'THE SHENKMAN ARTS CENTRE'. It also mentions 'A CELEBRATION OF BLACK ART, BLACK CREATIVITY AND BLACK EXCELLENCE IN THE CAPITAL'. Logos for Ontario, CACIA, and The Ottawa Black Creatives Hub are at the bottom.

FEBRUARY 7TH 2026 AT 7PM
MUSIC, DANCE, POETRY, STORYTELLING, FILM *
THE SHENKMAN ARTS CENTRE
GET YOUR TICKETS AT [HORSPAIRSOCIAL.COM](https://horspairsocial.com)

THE OTTAWA BLACK CREATIVES HUB SHOWCASE
A CELEBRATION OF BLACK ART, BLACK CREATIVITY AND BLACK EXCELLENCE IN THE CAPITAL

Ontario CACIA THE OTTAWA BLACK CREATIVES HUB

Vitrine du Centre des créatifs noirs d'Ottawa - 7 février 2026

De retour au Centre des arts Shenkman, cette vitrine mettra à l'honneur les artistes noirs émergents d'Ottawa à travers la musique, la danse, la poésie, les contes et bien plus encore. Vous pouvez accéder aux détails de l'événement [ici](#).

Community Engagement

Un projet pour les jeunes pour des bases solides - FR only

Il s'agit d'ateliers pratiques et en présentiel destinés aux jeunes afin qu'ils deviennent des ambassadeurs du changement et fassent entendre la voix des jeunes francophones. Ils apprendront notamment à transformer les déchets en ressources grâce à l'innovation et à l'impression 3D. Plus d'informations disponibles [ici](#).



Année 2 du Projet Jeunes Francos Debout pour l'Environnement

L'avenir se construit aujourd'hui, et il se construit avec vous ! **Enfants et Jeunes de 8 à 19 ans**

La deuxième année du **Projet Jeunes Francos Debout pour l'Environnement (PJFDE)** démarre avec énergie et innovation. Les préparatifs battent leur plein et une nouvelle cohorte de jeunes francophones s'apprête à relever le défi de l'environnement, de la créativité et du développement durable.

Ne manquez pas cette opportunité unique : **réservez votre place dès maintenant** et devenez acteur du changement avant qu'il ne soit trop tard.

Les formations fondamentales : bâtir des bases solides

Deux sessions de formation sont proposées pour acquérir les connaissances essentielles et développer des compétences pratiques autour des **Objectifs de développement durable (ODD)** et de l'action écologique.

- **Session 1** : du 17 janvier au 28 mars 2026
- **Session 2** : du 11 avril au 27 juin 2026

Chaque session comprend **8 rencontres virtuelles** interactives et **1 rencontre en présentiel**, organisées les samedis selon un calendrier précis. Les jeunes y découvrent, expérimentent et partagent des solutions concrètes pour un monde plus vert.



Le Camp d'été : transformer les idées en réalisations

La Session 3 – Format Camp d'été se tiendra du **20 juillet au 14 août 2026**.





Journée africaine sur la Colline - 21 février 2026

Le thème de l'événement de cette année est : « Construire des ponts, célébrer les cultures ». Ce sera une soirée animée par des spectacles dynamiques, de la poésie émouvante, une cuisine africaine authentique et des discours inspirants prononcés par des leaders communautaires et des élus. Vous pouvez vous procurer votre billet [ici](#).

Collecte de fonds pour la santé mentale - 26 février 2026

BATL contre les problèmes de santé mentale est une collecte de fonds organisée par Centraide. Il s'agit d'une collecte de fonds amusante qui rassemble des entreprises et des personnes soucieuses de leur communauté afin de soutenir les services de santé mentale, de lutte contre la toxicomanie et de prise en charge des crises dans notre région. Inscrivez-vous individuellement ou en équipe de 5 personnes.

Date: 26 février 2026

Time: 18 h à 21 h

Lieu: BATL Ottawa – 2615, chemin Lancaster

Inscription [ICI](#)



United Way
East Ontario

Community Engagement

Centre Mehari - Offres de programmes actuelles

Le Centre Mehari propose divers programmes, notamment une séance hebdomadaire gratuite de tutorat virtuel, des ateliers mensuels, des services d'aide à l'établissement, un cercle de femmes et un programme pour les enfants. Entre mars et avril, il organisera une clinique fiscale pour aider les membres de la communauté à remplir leur déclaration de revenus. Cliquez [ici](#) pour plus d'information.



Sommet de la jeunesse Umoja - 20 février 2026

Un rassemblement historique aura lieu le 20 février 2026 (de 10 h à 14 h) au Mosaic Convention Center afin de promouvoir l'autonomisation par le leadership, l'identité et l'engagement civique. Vous pouvez vous inscrire au sommet. [ici](#).



Une opportunité nationale de formation en équité en santé des communautés noires -- Postulez avant le 28 février 2026

Du 19 au 22 mai 2026, le Centre interdisciplinaire pour la santé des Noir.e.s (CISN) de l'Université d'Ottawa tiendra son École d'été

Ce programme comprendra trois jours de sessions académiques offertes à l'Université d'Ottawa, suivis d'une visite communautaire visant à soutenir l'apprentissage appliqué et expérientiel.

L'École d'été est gratuite et ouverte aux étudiant.e.s à la maîtrise et au doctorat partout au Canada.

Les candidatures doivent être envoyées à : ICBHCISN@uottawa.ca avant le 26 février 2026

Football pour jeunes 100 % gratuit

Un programme gratuit de soccer pour les enfants et les jeunes d'Ottawa. Cliquez [ici](#) pour plus d'information.



Ressources

Si vous connaissez une ressource et qu'elle ne figure pas dans cette liste, n'hésitez pas à nous en faire part! Contactez-nous à ottawabmhcoalition@gmail.com



Portail de counseling communautaire de l'ACB

Disponible en français et en anglais, ce portail est doté d'un personnel provenant d'organismes partenaires de la CSMNO et soutenu par des superviseurs cliniques ayant une vaste expérience du soutien aux membres de la communauté noire. Prenez un rendez-vous en ligne ou en composant le 2-1-1.

Réservez maintenant

Semaine de la santé mentale au Canada

Thème de la Semaine de la santé mentale 2025 : La santé mentale, sans masque
Du 5 au 11 mai, l'ACSM encourageait la population canadienne à regarder au-delà des apparences afin de voir chaque personne dans son ensemble. Ce faisant, le courage et la compréhension gagnent du terrain dans tout le pays.

En savoir plus



Liste des ressources de l'ACB sur la santé mentale et les dépendances

Santé publique Ottawa et le CSC Somerset West ont mis à jour la liste des ressources sur la santé mentale et les dépendances de l'ACB.

Téléchargez le PDF en ligne :

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



Soutien en cas de crise

- **Le Centre d'aide aux victimes de viol d'Ottawa** offre une ligne d'écoute 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7 pour les personnes qui recherchent un soutien émotionnel immédiat. Le numéro à composer est le 613-562-2333. De plus, le service de soutien par clavardage et par texte est accessible tous les jours de 12 h à minuit. Envoyez un SMS au 613-544-6424. Visitez le site www.orcc.net pour plus d'informations.
- **Service d'assistance téléphonique Nisa** - 1-866-315-NISA (1-866-315-6472) aide les femmes musulmanes en leur fournissant des conseils de pair-à-pair 12 heures par jour, 7 jours par semaine.
- **Ligne d'assistance téléphonique pour les jeunes Naseeha** - 1 (866) NASEEHA (627-3342) Met à la disposition des jeunes musulmans une ligne d'assistance confidentielle qui leur permet de recevoir un soutien immédiat, anonyme et confidentiel par téléphone, de 15 h à

Ressources

Si vous connaissez une ressource et qu'elle ne figure pas dans cette liste, n'hésitez pas à nous en faire part!
Contactez-nous à ottawabmhcoalition@gmail.com



Soutien et ressources en santé mentale

- **Ligne de soutien de Britannia Woods** : Canal de soutien pour les individus racialisés noirs (CSIRN) — Téléphone : +1 613-596-3299 — Les services du CSIRN sont disponibles les lundis et jeudis (de 10 h à 15 h). Les services linguistiques sont disponibles dans les langues suivantes : anglais, français, somali, arabe et lingala.
- **Muslim Family Services Ottawa** offre des services de counseling et de psychothérapie adaptés à la culture et tenant compte des traumatismes aux individus, aux couples, aux enfants, aux jeunes et aux familles, en anglais, en français, en arabe et dans d'autres langues.
Téléphone : 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

Admission après les heures d'ouverture

Afin de combler le manque de services après les heures d'ouverture et d'accroître l'accessibilité des services, Services pour femmes immigrantes d'Ottawa (SPFIO) offrira des services d'admission et d'intervention en cas de crise après les heures d'ouverture. Les prestataires de services et les clients peuvent désormais appeler le **343-961-6807** après les heures d'ouverture, du mercredi au samedi, pour me parler et compléter leur dossier.

Vous pouvez également recommander des clients directement par courriel et le personnel les contactera pour compléter l'admission. En outre, les services d'interprétation linguistique de SPFIO sont offerts après les heures d'ouverture pour aider les clients.

Pour plus d'informations, contactez Marieann Thottungal à marieann@iwsoc.ca

Rapport d'impact

La publication du rapport d'impact sur la santé maternelle et la justice reproductive des femmes noires du CWCLN, qui a eu lieu lors de la Journée internationale d'action pour la santé des femmes, a suscité un vif intérêt à Ottawa et au-delà. Les membres de la communauté, les organisations partenaires et les alliés du secteur ont exprimé leur soutien, souligné les lacunes systémiques et affirmé l'importance du leadership des personnes noires dans la défense de la santé maternelle.

[LIRE LE RAPPORT](#)

Catalogue des ateliers « Parents pour la diversité »

Parents for Diversity propose des ateliers personnalisables, actuellement disponibles en anglais et en espagnol, ainsi que certains ateliers en français. Les formats proposés sont en ligne, en présentiel et hybrides. Les ateliers sont conçus pour des groupes de 15 à 50 participants.

Pour plus d'informations, cliquez [ici](#).



Le coin des créateurs

Cette section est consacrée à la prochaine Semaine de la santé mentale des Noirs, qui aura lieu en mars 2025.



COUP D'ŒIL SUR N'NERJIE

CSMNO est ravi d'accueillir N'nerjie comme artiste vedette en 2026. N'nerjie est une auteure-compositrice-interprète noire queer basée à Ottawa. Elle a trouvé refuge dans la musique dès son plus jeune âge, y voyant un moyen sûr d'exprimer ses vérités et de donner un sens au monde qui l'entoure. En plus de travailler sur ses propres compositions, elle a eu la chance de faire les chœurs pour Alessia Cara lors des Much Music Video Awards 2016, ainsi que pour l'émission The Launch de CTV. Utilisant sa voix brute et sensuelle pour exprimer les profondeurs de son âme, elle est une véritable conteuse qui espère emmener ses auditeurs dans leur propre voyage vers la compréhension de soi et la guérison.



5 ANS D'ÉVÉNEMENTS DANS LE CADRE DE LA SEMAINE DE LA SANTÉ MENTALE DES NOIRS À OTTAWA

Tout au long de la semaine, nous invitons les membres de la communauté, les prestataires de services, les experts cliniques, les chercheurs et les résidents à explorer des questions qui ont un impact significatif sur les familles. Notre objectif principal cette année est de rassembler les gens, de réduire la stigmatisation liée à la consommation de substances et au suicide, et de mettre les membres de la communauté en contact avec les services d'aide disponibles. Pour plus d'informations, visitez www.bmhweek.com



Fiers membres de la Coalition pour la santé mentale des Noirs d'Ottawa



SOCIAL PLANNING COUNCIL OF OTTAWA
A CATALYST FOR SUSTAINABLE, SOCIAL AND ECONOMIC DEVELOPMENT SINCE 1928

