



MÉMOIRE PUBLIC

déposé au gouvernement du Québec dans le
cadre des consultations sur les
orientations en santé mentale

MÉMOIRE

déposé au gouvernement du Québec dans le cadre des consultations sur les orientations en santé mentale

Les membres du conseil d'administration

Carol Ladouceur, présidente
Elena Beaulieu, vice-présidente
Julie Blouin, trésorière
Martine Jacob, secrétaire
Annette Robyns, administratrice
Pascal Beauchesne, administrateur
Claudia Lépine, administratrice
Laura Fitzback, administratrice
Dominique Décarie, administratrice

Direction générale

David Ford Johnson, directeur général et responsable de la protection des renseignements personnels

Équipe

Valérie Fortier, directrice clinique
Sarah Brulhart, cheffe clinique pair-aidance famille
Tamara Georges, cheffe clinique des services généraux
Elizabeth Pinault, cheffe clinique du volet crise/urgence psychosociale
Eloïse Rivoire, cheffe clinique des services jeunesse
Noémie Boisclair, intervenante psychosociale
Yuecheng Huang, intervenant psychosocial
Maude McAllister, intervenante psychosociale et responsable des services aux organisations
Alex Milyutin, intervenant psychosocial
Karolina Quintino, intervenante psychosociale
Merilyn Sartor, intervenante psychosociale
Amy Tang, intervenante psychosociale
Naomi Trahan, intervenante psychosociale et responsable de l'action bénévole et de la vie associative
Vincent Arseneault, Pair Aidant Famille et responsable de volets
Elisa Compagnon, Paire Aidante Famille
Angie Dupuis, Paire Aidante Famille
Isabelle Gauvreau, Paire Aidante Famille
Fatoumata Kire, Paire Aidante Famille
Sara Robichaud Rousseau, Paire Aidante Famille
Pierre-Luc Legault, directeur administratif et financier
Ethel D'Hoore, consultante en communications

Coordonnées

Adresse : 1260 Rue Sainte-Catherine Est bureau 208, Montréal, QC H2L 2H2
Téléphone : 514-524-7131
Courriel : accueil@arborescence.quebec
Site Internet : <https://www.arborescence.quebec/equipe>

MÉMOIRE

déposé au gouvernement du Québec dans le cadre des consultations sur les orientations en santé mentale

Préambule

Arborescence Québec répond à l'appel de mémoires du gouvernement du Québec visant à définir les prochaines orientations en matière de santé mentale, d'itinérance et de dépendance.

Ce mémoire met en lumière les enjeux propres aux proches de personnes vivant avec un trouble de santé mentale et propose des actions à intégrer aux prochains plans d'action afin de mieux les reconnaître, les outiller et les soutenir.

Malgré leur rôle central, les proches sont la plupart du temps absents des mesures gouvernementales. Ce mémoire vise à faire valoir leur contribution essentielle, mais surtout à proposer des solutions pour mieux les soutenir, afin qu'ils puissent exercer pleinement leur rôle et bénéficier d'un réel bien-être relationnel et émotionnel.

Arborescence recommande qu'un axe spécifique leur soit consacré, avec des mesures concrètes en matière de prévention, d'accès aux services, de soutien en situation de crise et d'amélioration des pratiques.

Arborescence remercie le gouvernement du Québec pour cette consultation et se tient disponible pour contribuer aux prochaines étapes.

MÉMOIRE

déposé au gouvernement du Québec dans le cadre des consultations sur les orientations en santé mentale

SOMMAIRE

Introduction	5
Arborescence Québec	6
Recommandations	9
1. Une intégration des plans d’actions en itinérance, santé mentale et dépendance	
2. Soutien en contexte de crise	
3. L’approche mixte : une innovation en intervention	
Conclusion	17
Annexe 1 : Synthèse des recommandations	18
Annexe 2 : Synthèse des livrables et résultats issus du projet “Synergie”	19

MÉMOIRE

déposé au gouvernement du Québec dans le cadre des consultations sur les orientations en santé mentale

Introduction

« Un cadeau inestimable que sont les membres de cet organisme. Tant au niveau des pairs aidants [famille] que des formations. Leur approche est exceptionnelle. [...] N'hésitez pas, c'est un cadeau à se faire, un baume pour soi et pour l'autre. Ma vision a complètement changé, ma vie aussi. »

Témoignage d'une personne ayant utilisé les services de pair-aidance famille (ci-après « PAF ») et l'atelier Traverser la crise.

Qu'est-ce que la Pair-Aidance Famille?

La Pair-Aidance Famille (PAF) est une approche innovante en santé mentale reposant sur la reconnaissance du savoir expérientiel des proches de personnes vivant avec un trouble de santé mentale. Le ou la Pair Aidant:e Famille (PAF) met son expérience personnelle au service d'autres proches pour offrir écoute, entraide et espoir, dans une posture de non-jugement, de réciprocité et de collaboration. Les PAF ne remplacent pas les professionnels de la santé, mais agissent en complémentarité, apportant une perspective unique fondée sur l'expérience vécue, qui permet de briser l'isolement, de valider les émotions, de redonner du pouvoir d'agir et de faciliter l'accès aux ressources.

Arborescence Québec

Arborescence Québec est un OBNL montréalais, dont la mission est de soutenir les membres de l'entourage (12 ans et +) d'une personne vivant avec un trouble de santé mentale, diagnostiqué ou non. Depuis 45 ans, nous offrons de l'accompagnement psychosocial, de l'information et de la formation visant à prévenir l'isolement, favoriser l'équilibre de santé mentale des proches et renforcer leur pouvoir d'agir. Nous collaborons avec le réseau public et un vaste réseau d'organismes communautaires, en offrant des services flexibles, humains et accessibles, adaptés à la réalité des proches, souvent isolé-es et démunis-es face aux enjeux de santé mentale d'un être cher.

Nos activités comprennent :



Soutien individuel en intervention psychosociale ou en pair-aidance famille;



Groupes d'entraide coanimés par un-e intervenant-e psychosocial-e et un-e pair-e aidant-e famille;



Ateliers psychoéducatifs et conférences;



Sensibilisation et formation destinées tant aux professionnel·les qu'à la population générale, en particulier aux jeunes.

En tant qu'organisme œuvrant en santé mentale, Arborescence se distingue par sa capacité d'innovation sociale, qui se traduit par le développement de pratiques adaptées aux réalités complexes des proches.

MÉMOIRE

déposé au gouvernement du Québec dans le cadre des consultations sur les orientations en santé mentale

À titre d'exemple, l'organisme a conçu et déployé un programme novateur d'accompagnement en contexte de crise et d'urgence, développé en collaboration avec divers partenaires (Équipes de Soutien aux Urgences Psychosociales du SPVM (ESUP) et Urgence Psychosociale-Justice (UPS-J) et des centres de crise). Ce programme vise à combler un angle mort des services existants en offrant un soutien structuré aux proches dans des situations de forte intensité émotionnelle, où les besoins des proches sont peu pris en compte.

Depuis avril 2025, plus de 100 proches ont été rencontrés dans le cadre de ces interventions, qui se caractérisent par une grande diversité de profils de proches aidants et de troubles de santé mentale. On observe notamment une présence accrue de populations historiquement moins représentées dans nos services, dont des personnes issues de l'immigration et de communautés culturelles diverses. Par ailleurs, 96 % des personnes rejointes n'avaient jamais été en contact avec Arborescence, et pour plusieurs, il s'agissait d'une première demande d'aide en tant que proche aidant, parfois après avoir assumé ce rôle pendant de nombreuses années.

En 2026, l'organisme a également initié un projet de recherche-action portant sur le vécu des proches issues des communautés 2S/LGBTQIA+. Le projet vise à assurer une adéquation entre les besoins spécifiques de ces communautés et les pratiques d'accompagnement en documentant les expériences vécues et les dynamiques de soutien entre pairs, au-delà des liens familiaux.

MÉMOIRE

déposé au gouvernement du Québec dans le cadre des consultations sur les orientations en santé mentale

Au cœur de l'identité d'Arborescence se trouve le développement et la mise en œuvre d'une approche d'intervention mixte, unique dans le paysage québécois, combinant intervention psychosociale et pair-aidance famille. Si ce type d'intervention existe ailleurs dans le réseau, Arborescence se démarque en étant, à ce jour, le seul organisme à le déployer dans le contexte spécifique du soutien aux proches en santé mentale. Dans le cadre de ce présent mémoire, cette approche repose sur la complémentarité entre savoir théorique et savoir expérientiel. Elle se déploie notamment dans les groupes d'entraide coanimés par un-e intervenant-e psychosocial-e et un-e pair-e-aidant-e famille ainsi que dans les suivis individuels, où les deux formes d'accompagnement peuvent se combiner selon les besoins du proche. Cette approche mixte a franchi les principales étapes du cycle d'une innovation sociale, incluant l'exploration des besoins, la conceptualisation/design et le prototypage terrain.

Ainsi, l'innovation chez Arborescence repose sur un processus structuré de recherche, d'expérimentation et de transfert de connaissances et est mise au service des besoins de la population. L'organisme se positionne comme un acteur clé de l'innovation sociale en proche aide en santé mentale, contribuant à la fois à l'amélioration des pratiques existantes et, en rupture avec celles-ci, à la production de connaissances ainsi qu'au développement de nouvelles réponses cliniques adaptées à des besoins sociaux complexes et en constante évolution. Par ailleurs, l'approche d'intervention mixte développée par Arborescence présente un fort potentiel de transférabilité à d'autres contextes et populations, au-delà du champ de la proche aide en santé mentale.

Recommandations

1. Une intégration des plans d'action en itinérance, santé mentale et dépendance

Au Québec, les politiques publiques en matière de santé mentale, de dépendance et d'itinérance ont historiquement été structurées en silos. Si cette organisation permet d'adresser des enjeux spécifiques, elle montre aujourd'hui ses limites face à des réalités de plus en plus interconnectées.

Les trajectoires des personnes combinent fréquemment plusieurs enjeux, notamment en raison de l'augmentation des situations de comorbidité et des liens étroits entre santé mentale, dépendance et risque d'itinérance. Cette complexité exige une réponse intégrée et cohérente.

Pour les proches, cette fragmentation est particulièrement éprouvante et on le voit sur le terrain : ils doivent multiplier les démarches, composer avec des équipes distinctes et recommencer leur parcours à chaque point de service. Contraints de se raconter à répétition, ils doivent sans cesse adapter leur récit pour être compris par les différents professionnel·les. Ce va-et-vient constant constitue un processus à la fois vulnérabilisant, énergivore et profondément chronophage, sans garantie de résultats.

Il en résulte une expérience alourdie, qui compromet la continuité des interventions, malgré le rôle essentiel que jouent les proches dans le soutien et la stabilisation des situations.

Dans ce contexte, une approche intégrée des plans d'action s'impose. Elle permettrait de mieux coordonner les services, de simplifier les parcours et d'améliorer l'efficacité des interventions.

L'approche intégrée ne veut pas dire uniformisation / perte de spécificité. Cela veut dire conserver les réalités propres, mais permettre une meilleure harmonisation des programmes. Toutefois, cette intégration ne peut porter ses fruits sans un principe fondamental : le financement doit suivre les orientations.

Le prochain plan d'action en santé mentale gagnerait à être complété par un axe spécifique dédié aux proches. Encore trop peu structurés dans les politiques publiques, ils constituent pourtant des acteurs clés du continuum de soins. Comme le souligne le *Guide de bonnes pratiques pour l'implication des proches en santé mentale* publié par le MSSS, leur reconnaissance et leur intégration comme partenaires du rétablissement doivent être activement soutenues. Les reconnaître et les soutenir adéquatement permettrait de renforcer l'ensemble du système.

MÉMOIRE PUBLIC

déposé au gouvernement du Québec dans le cadre des consultations sur les orientations en santé mentale

Recommandation

Que le prochain plan d'action en santé mentale inclut une approche transversale réunissant les enjeux d'itinérance, de dépendance et de santé mentale, en respectant leurs spécificités respectives au sein d'un cadre cohérent et intégré, et qu'il inclue également un axe dédié aux proches, prévoyant des mesures concrètes pour mieux les reconnaître, les outiller et les soutenir.

MÉMOIRE PUBLIC

déposé au gouvernement du Québec dans le cadre des consultations sur les orientations en santé mentale

2. Soutien en contexte de crise

Arborescence a développé une expertise spécialisée en accompagnement des proches en contexte de crise, reposant sur une équipe dédiée comprenant une cheffe d'équipe, deux intervenantes à temps plein, un intervenant à temps partiel et une paire aidante famille. Le déploiement de ces projets (détaillés ci-dessous) représente un coût annuel d'environ **300 000 \$**, composé majoritairement de charges salariales, auxquelles s'ajoutent des frais de déplacement, de formation continue ainsi que des frais de gestion estimés à environ 10 %, reflétant l'intensité et la spécialisation requises pour intervenir adéquatement auprès des proches.

Cette expertise s'inscrit dans un positionnement clair : particulièrement en situation de crise, les proches constituent une clientèle à part entière. Cette posture permet de développer une alliance thérapeutique distincte, centrée sur leurs besoins, leur sécurité et leur capacité d'agir, et d'éviter les conflits d'intérêts liés à une intervention simultanée auprès de la personne en crise.

Au cours des dernières années, Arborescence a structuré un continuum d'intervention en contexte de crise à travers trois projets complémentaires, qui répondent à des besoins jusque-là peu ou pas couverts dans le réseau :

a. Traverser la crise – intervention spécialisée auprès des proches

Le projet Traverser la crise, développé en 2023 en collaboration avec le Centre de crise le Transit, vise à combler un manque important de services en offrant une intervention directe auprès des proches en contexte de crise. Il permet d'intervenir de manière préventive auprès des proches vivant ou anticipant une crise, afin de réduire leur épuisement et de limiter la répétition des cycles de crise. Il comprend également un accompagnement dans les démarches légales (notamment en lien avec la loi P-38), ainsi que des ateliers psychoéducatifs visant à outiller les proches et à briser leur isolement.

Par exemple

Une personne téléphone à l'accueil psychosocial et explique que son proche a des idées suicidaires avec un plan de passage à l'acte pour la semaine suivante. Les intervenant.es de crise contactent la personne dans les 24-28h afin d'évaluer la situation et élaborer un filet de sécurité. Nous accompagnons la personne sur le plan émotionnel ainsi que logistique. Nous créons un lien avec les ressources appropriées. Nous maintenons un suivi flexible selon les besoins.

MÉMOIRE PUBLIC

déposé au gouvernement du Québec dans le cadre des consultations sur les orientations en santé mentale

Depuis son lancement, le nombre de personnes accompagnées individuellement en contexte de crise ou d'urgence psychosociale connaît une croissance annuelle de plus de 40 %. Malgré le renforcement progressif de l'équipe, la capacité d'intervention atteint désormais ses limites. Cette situation entraîne une priorisation des cas les plus urgents et occasionne des délais pour certaines personnes, malgré la nature pressante de leurs besoins. Cette croissance soutenue confirme à la fois la pertinence et la nécessité de cette offre de services.

b. Projet d'urgence psychosociale (UPS-J et ESUP)

Afin de compléter son offre en amont de la crise, Arborescence a mis en place un service d'intervention d'urgence psychosociale destiné aux proches aidants vivant une détresse intense et ayant une capacité limitée à mobiliser des ressources. Déployé en collaboration avec les équipes UPS-Justice et ESUP, ce service repose sur une approche rapide, mobile et flexible, permettant d'offrir un service de soutien et une aide adaptée aux besoins des proches dans un délai de 24 à 48 heures.

Ce projet répond à un besoin important du terrain : l'absence d'accompagnement immédiat pour les proches en situation de crise.

Les résultats observés confirment la pertinence du modèle :

- Entre le 1er juillet 2025 et le 31 mars 2026, 278 interventions réalisées, soit 111 % de l'objectif initial;
- 96 % des personnes rejointes n'avaient jamais fait appel aux services d'Arborescence, révélant un important bassin de proches non desservis;
- une diversité de profils, incluant des populations habituellement peu rejointes.

Ces résultats sont également appuyés par un niveau de satisfaction très élevé : en 2025, dans le cadre des activités psychoéducatives, 100 % des répondants se disent satisfaits des services reçus (93,8 % très satisfaits et 6,3 % satisfaits).

Au-delà de l'intervention immédiate, ce service agit comme une porte d'entrée stratégique dans la trajectoire des proches. En permettant une intervention rapide, il contribue à réduire la détresse, prévenir l'escalade des situations et orienter les proches vers un accompagnement plus structuré. Il favorise ainsi la mise en place d'un filet de sécurité autour de la personne en crise, tout en améliorant la fluidité des trajectoires de services grâce à un arrimage efficace avec le réseau public.

MÉMOIRE PUBLIC

déposé au gouvernement du Québec dans le cadre des consultations sur les orientations en santé mentale

c. Intégration de la pair-aidance famille – Équipe mobile de crise Résolution

De façon complémentaire et cohérente à son offre de services, Arborescence a innové en intégrant la pair-aidance famille au sein de l'équipe mobile de crise Résolution du CIUSSS de l'Est-de-Montréal. Cette intégration positionne la personne paire aidante famille comme membre à part entière de l'équipe clinique et favorise une intervention coordonnée, interdisciplinaire et ancrée dans le vécu des proches.

Elle permet d'introduire le savoir expérientiel au cœur du réseau public, en offrant aux proches un espace de reconnaissance et de soutien, en réduisant leur isolement et en renforçant leur pouvoir d'agir. Depuis le lancement du projet en 2023, les références sont en hausse, ce qui a entraîné la création d'une liste d'attente et amené l'équipe terrain d'EMR à demander une augmentation des heures allouées au contrat avec Arborescence. Bien que ce projet soit déployé à plus petite échelle que les deux autres initiatives, il a néanmoins permis d'accompagner en moyenne 41 personnes par année au cours des deux dernières années, sur une base d'environ 17,5 heures d'intervention par semaine. Ce modèle marque un passage vers une approche plus systémique de la crise, intégrant pleinement les proches dans l'intervention.

Ces projets répondent à une réalité de plus en plus complexe, où les situations de crise combinent fréquemment des enjeux de santé mentale, de dépendance et d'instabilité résidentielle. Dans ce contexte, les proches jouent

un rôle central, tant comme premiers intervenants que comme piliers du filet social.

Actuellement, les services rendus arrivent parfois trop tard. Une prise en charge précoce auprès des proches permet de réduire leur détresse et de les orienter rapidement vers des services, contribuant ainsi à la prévention, à la stabilisation des situations et la réduction des coûts directs et indirects.

2.2 Un modèle complémentaire essentiel à la qualité des interventions

L'expérience terrain démontre qu'une distinction claire des rôles entre les différents acteurs, les centres de crise et les intervenant·es de crise issus du réseau publics et des services policiers (notamment UPS-J et ESUP) pour la personne, ainsi que les organismes spécialisés pour les proches, améliore la qualité des interventions.

Cette complémentarité renforce l'alliance thérapeutique, réduit l'épuisement des proches, améliore la coordination et soutient plus efficacement le réseau autour de la personne en crise.

Malgré des résultats probants, ce modèle repose encore sur des financements ponctuels. Sa consolidation et son déploiement nécessitent pourtant une stabilité des équipes, une continuité des services et une capacité d'intervention à l'échelle du territoire.

MÉMOIRE PUBLIC

déposé au gouvernement du Québec dans le cadre des consultations sur les orientations en santé mentale

Recommandations

1. Que le prochain plan d'action en santé mentale inclue un financement récurrent dédié aux services de crise d'Arborescence pour les proches, à hauteur minimale de 300 000 \$ annuellement, afin d'assurer le maintien des services d'accompagnement individuel en situation de crise et de préserver les collaborations établies avec le réseau public et les partenaires communautaires.
2. Que le prochain plan d'action en santé mentale inclue la reconnaissance formelle du rôle des organismes spécialisés en proche aide en contexte de crise.

MÉMOIRE PUBLIC

déposé au gouvernement du Québec dans le cadre des consultations sur les orientations en santé mentale

3. L'approche mixte : une innovation en intervention

3.1 Une réponse innovante à la complexification des besoins

Au fil des dernières années, les situations vécues par les proches se sont complexifiées, combinant de plus en plus des enjeux de crise, de comorbidité, de dépendance, d'itinérance et de judiciarisation. Ces réalités mettent en évidence les limites des approches traditionnelles, souvent fondées sur un seul type de savoir. Dans ce contexte, Arborescence a développé une approche d'intervention mixte qui s'inscrit dans une évolution des pratiques en santé mentale, en articulant les savoirs théoriques et expérientiels. Cette approche constitue une innovation sociale, fondée non pas sur l'addition, mais sur la complémentarité structurée de ces expertises.

3.2 Les fondements de l'approche d'intervention mixte

L'approche d'intervention mixte repose sur l'articulation de deux expertises complémentaires

- **Le savoir théorique**, porté par l'intervention psychosociale, qui permet d'analyser les dynamiques relationnelles, émotionnelles et systémiques et d'accompagner les proches dans une démarche structurée de compréhension et de transformation;
- **Le savoir expérientiel**, porté par la pair-aidance famille, qui s'appuie sur le vécu et permet la reconnaissance, la validation et la normalisation des expériences des proches.

Plutôt que de juxtaposer ces deux approches, Arborescence organise leur interaction comme un véritable levier d'intervention, créant un continuum de services capable de s'adapter aux besoins évolutifs des proches.

3.3 Une complémentarité au cœur de la valeur ajoutée

Les données de terrain, issues d'un premier rapport interne d'évaluation d'impact des services dont une synthèse est à l'annexe 2, confirment la valeur ajoutée de cette approche, perçue par les proches comme un équilibre essentiel entre cadre professionnel et expérience vécue. Cette complémentarité permet de conjuguer compréhension clinique et résonance expérientielle, de renforcer la confiance, de diversifier les points de vue et de mieux répondre à la diversité des situations. Elle crée une synergie qui favorise la compréhension, la dédramatisation et la reconnaissance du vécu, tout en contribuant au renforcement du pouvoir d'agir des proches.

L'intervention mixte est progressivement déployée de façon transversale dans l'ensemble des services d'Arborescence : suivi individuel, groupes d'entraide, interventions de crise, formation et sensibilisation. Elle permet d'offrir une trajectoire d'accompagnement cohérente, où les différentes modalités se complètent selon les besoins et les moments du parcours. Une fois rejoint-es, les proches ont ainsi accès à une offre intégrée et adaptée, qui constitue le cœur de la proposition de valeur d'Arborescence.

MÉMOIRE PUBLIC

déposé au gouvernement du Québec dans le cadre des consultations sur les orientations en santé mentale

3.4 Une innovation à structurer et à reconnaître à l'échelle du réseau

L'approche d'intervention mixte développée par Arborescence présente un fort potentiel de structuration et de transférabilité. Elle s'inscrit dans une démarche d'innovation sociale basée sur l'expérimentation, l'évaluation et le transfert de connaissances.

Ses effets se déploient à plusieurs niveaux : auprès des individus, en renforçant leur pouvoir d'agir; auprès des organisations, en favorisant des pratiques collaboratives; et à l'échelle du système, en contribuant à l'évolution des pratiques en santé mentale.

Elle constitue ainsi un levier stratégique pour intégrer pleinement la pair-aidance famille dans les pratiques cliniques.

Ainsi, l'approche d'intervention mixte offre une occasion concrète pour le gouvernement :

- de reconnaître et structurer la pair-aidance famille comme une composante essentielle du continuum de services;
- de soutenir le développement et la mise à l'échelle d'un modèle innovant déjà éprouvé sur le terrain;
- et de favoriser l'émergence de pratiques intégrées, mieux adaptées à la complexité des situations vécues en santé mentale.

Recommandations

1. Que le gouvernement soutienne Arborescence dans la documentation de l'approche d'intervention mixte (intervention psychosociale et pair-aidance famille), notamment afin d'en formaliser les principes, les effets et les conditions de succès, par exemple à travers l'élaboration d'un cadre ou guide de référence.
2. Que le prochain plan d'action en santé mentale reconnaisse et finance cette approche afin d'en soutenir le déploiement à l'échelle du réseau, en cohérence avec la démarche déjà proposée dans le cadre du Programme de Soutien à l'Innovation Sociale (PSIS) de «Sillons», évalué à 580 000\$ sur trois ans.

MÉMOIRE PUBLIC

déposé au gouvernement du Québec dans le cadre des consultations sur les orientations en santé mentale

Conclusion

Les constats présentés dans ce mémoire le démontrent sans équivoque : soutenir les proches, c'est agir directement sur la stabilité des trajectoires, la prévention des crises et l'efficacité globale du système de santé mentale. Les services qui leur sont destinés, pourtant essentiels, demeurent encore trop souvent précaires, fragmentés et dépendants de financements ponctuels.

L'expérience d'Arborescence montre qu'il est possible d'offrir des réponses concrètes, innovantes et efficaces, tant en matière de soutien en contexte de crise que par le développement d'une approche d'intervention mixte unique. Ces initiatives, déjà éprouvées sur le terrain, constituent des leviers structurants qui gagneraient à être consolidés et déployés à plus grande échelle.

Arborescence occupe à cet égard un positionnement distinctif. Ancré dans la réalité du terrain, notamment dans l'est, le centre-sud et le nord de l'île de Montréal, soit des territoires marqués par une forte concentration d'enjeux de crise et de vulnérabilité, l'organisme développe une expertise qui dépasse l'intervention traditionnelle. Il agit comme un espace d'innovation et d'expérimentation, capable de concevoir, tester et ajuster des pratiques en réponse directe aux besoins observés. À ce titre, Arborescence constitue un levier pour opérationnaliser, à l'échelle du terrain, des orientations portées au niveau provincial, en complémentarité avec les acteurs nationaux.

Dans ce contexte, la question n'est plus de savoir si ces modèles doivent être soutenus, mais comment leur donner les moyens de se déployer durablement. La pérennisation du financement, notamment pour le volet crise et pour le développement de l'approche mixte, représente une condition essentielle pour assurer la continuité des services, stabiliser les équipes et maximiser les retombées sur le système.

Il apparaît donc essentiel que le prochain plan d'action en santé mentale prévoie non seulement la reconnaissance des proches comme une clientèle à part entière, mais également des investissements ciblés et récurrents permettant de soutenir des projets structurants comme ceux d'Arborescence, à la hauteur de leur impact et de leur potentiel de transformation à l'échelle du Québec.

ANNEXE 1

Synthèse des recommandations

Arborescence recommande que le prochain plan d'action en santé mentale :

- Adopte une approche transversale réunissant les enjeux d'itinérance, de dépendance et de santé mentale, en respectant leurs spécificités respectives au sein d'un cadre cohérent et intégré, et qu'il inclue également un axe dédié aux proches, prévoyant des mesures concrètes pour mieux les reconnaître, les outiller et les soutenir.
- Assure un financement récurrent d'au moins 300 000\$ par année pour les services de crise d'Arborescence destinés aux proches, afin d'en garantir la continuité, notamment en matière d'accompagnement individuel en situation de crise, et de maintenir les collaborations avec le réseau public et communautaire;
- Reconnaisse formellement le rôle des organismes spécialisés en proche aide en contexte de crise;
- Soutienne Arborescence dans la documentation de l'approche d'intervention mixte (intervention psychosociale et pair-aideance famille), notamment afin d'en formaliser les principes, les effets et les conditions de succès, par exemple à travers l'élaboration d'un cadre ou guide de référence;
- Reconnaisse et finance cette approche afin d'en permettre le déploiement à l'échelle du réseau, en cohérence avec la démarche déjà proposée dans le cadre du Programme de Soutien à l'Innovation Sociale (PSIS) de « Sillons », évalué à 580 000\$ sur trois ans.

ANNEXE 2

Synthèse des livrables et résultats issus du projet “Synergie”

Le projet “Synergie du soutien pour les proches en santé mentale, un modèle d’intervention novateur et complémentaire” visait à documenter les effets de la complémentarité entre intervention psychosociale (savoir théorique) et pair-aidance famille (savoir expérientiel), dans les groupes d’entraide coanimés par Arborescence.

Cette démarche a permis de valider empiriquement une approche d’intervention mixte, aujourd’hui reconnue comme pertinente, efficace et innovante. Elle constitue une étape essentielle, qui appelle désormais une phase d’expérimentation, de prototypage et d’adaptation.

1. Livrables réalisés

La phase d’étude a mené à la production de plusieurs livrables clés :

- Un rapport de mesure d’impact social, documentant les effets et mécanismes de l’approche.
- Un dispositif méthodologique combinant un groupe de discussion (10 participant-e-s) et un questionnaire (21 répondant-e-s), pour un total de 31 proches.
- Une cartographie des besoins et attentes des proches aidant-e-s,
- Des pistes d’amélioration, directement issues des participant-e-s.

Ces éléments constituent une base solide pour passer d’une pratique émergente à un modèle structuré.

2. Résultats principaux

a. Validation d’un modèle d’intervention innovant

L’étude met en évidence la forte valeur ajoutée de la coanimation par un-e intervenant-e psychosocial-e et un-e pair-e aidant-e famille. Cette complémentarité permet d’articuler compréhension théorique et expérience vécue, favorisant un climat de confiance et une meilleure appropriation des contenus.

b. Effets significatifs sur le mieux-être des proches aidant-e-s

Les résultats démontrent des impacts concrets de la combinaison de deux approches cliniques dans le cadre des groupes d’entraide :

- Réduction de l’isolement et sentiment d’être compris-e;
- Amélioration des capacités d’adaptation, notamment en contexte de crise;
- Renforcement du pouvoir d’agir, incluant une meilleure capacité à poser des limites;
- Développement de compétences internes.

Environ 80 % des participant-e-s estiment que leurs attentes sont comblées ou dépassées.

ANNEXE 2 (suite)

Synthèse des livrables et résultats issus du projet "Synergie"

c. Complémentarité des modalités

L'étude montre que 81 % des proches assistent à la fois à des groupes et à des suivis individuels, confirmant la pertinence d'un continuum de services fondé sur la complémentarité des approches.

d. Un potentiel qui dépasse le champ de la proche-aidance en santé mentale

Au-delà des résultats spécifiques à la proche aidance en santé mentale, Synergie met en lumière que la complémentarité entre savoirs théoriques et expérientiels répond à des enjeux transversaux, présents dans de nombreux contextes d'intervention: complexité croissante des situations; besoin de reconnaissance du vécu; nécessité de renforcer le pouvoir d'agir des personnes accompagnées.

Ces enjeux ne sont pas propres à la proche aidance en santé mentale, ce qui confère à l'approche un fort potentiel de transférabilité.

e. Limite actuelle

Malgré des résultats probants, l'approche reste :

- ancrée dans un contexte spécifique (proche aidance en santé mentale);
- dépendante des pratiques internes d'Arborescence;
- peu formalisée pour être adaptée dans d'autres organisations ou contextes d'intervention.

Ainsi, son potentiel d'impact reste limité par l'absence d'outils et de cadres permettant son appropriation dans d'autres milieux.

ANNEXE 2 (suite)

Synthèse des livrables et résultats issus du projet "Synergie"

Conclusions

Le projet Synergie a démontré la pertinence et les effets d'une approche d'intervention mixte intégrant savoir théorique et savoir expérientiel. Cette approche, ancrée dans la réalité du terrain, constitue un modèle novateur et porteur de transformation.

Par sa capacité à transformer le regard que les proches aidant-es portent sur eux-mêmes, à renforcer leurs compétences et à les soutenir dans les moments les plus complexes, elle s'impose comme une pratique avant-gardiste, porteuse de progrès et profondément alignée avec les besoins actuels des proches de personnes vivant avec un trouble de santé mentale. Cependant, une étape supplémentaire s'impose : expérimenter, prototyper et adapter l'approche pour voir dans quelle mesure elle peut être transférable par la suite.

Le projet actuel s'inscrit ainsi comme une suite logique, visant non seulement à consolider cette innovation, mais surtout à permettre son déploiement dans d'autres organisations et d'autres contextes d'intervention, afin d'en maximiser l'impact social.