



SANTÉ MENTALE, ITINÉRANCE ET DÉPENDANCE

MÉMOIRE PRÉSENTÉ PAR L'UNION ÉTUDIANTE DU QUÉBEC (UEQ) À L'OCCASION
DES CONSULTATIONS NATIONALES « VERS UNE VISION RENOUVELÉE, INTÉGRÉE
ET COHÉRENTE EN MATIÈRE DE SANTÉ MENTALE, ITINÉRANCE ET DÉPENDANCE »

Ce document est d'ordre public et peut être publié sur la plateforme *Consultation Québec*.

RÉDACTION :

Chloé Henry, chercheuse permanente

RÉVISION :

Loïc Goyette, présidence 2026-2027

Flora Dommange, présidence 2025-2026

Audrey Fortin, vice-présidence 2025-2026

Sabrina Demers, coordination aux affaires socio-politiques 2026-2027

Sophie Beaudry, coordination à la mobilisation et aux relations associatives 2026-2027

Alexandre Ducharme, attaché politique

Union étudiante du Québec

6217, rue Saint-André

Tél. 1-877-213-3551

<http://unionetudiante.ca>

info@unionetudiante.ca

© Union étudiante du Québec

L'Union étudiante du Québec (UEQ) a pour mission de défendre les droits et intérêts de la communauté étudiante, de ses associations membres et de leurs membres, en promouvant, protégeant et améliorant la condition étudiante et la condition des communautés locales et internationales.

L'UEQ représente plus de 110 000 membres de plusieurs campus universitaires à travers le Québec. Elle se veut l'interlocutrice principale des dossiers de l'accessibilité aux études supérieures et de la condition de vie des étudiants et des étudiantes auprès des différents gouvernements et groupes sociaux.

Santé mentale étudiante

Le *Plan d'action sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur 2021-2026* (PASMÉES) représente initialement 60 millions de dollars d'investissement, pour la mise en place de mesures favorisant le bien-être et le développement d'une santé mentale florissante de la communauté étudiante¹. Cet investissement a été bonifié de 35 millions de dollars jusqu'en 2026-2027, totalisant donc 95 millions de dollars pour la santé mentale étudiante². Toutefois, malgré les actions mises en place dans ce plan, la santé mentale étudiante demeure un enjeu important³.

Réalisée en 2024, une enquête de l'Observatoire sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur (OSMÉES) établit que 40,2 % des personnes répondantes au niveau universitaire présentaient des symptômes d'anxiété modérés à sévères, alors que ce pourcentage s'élevait à 39 % dans l'enquête *Un plan pour nous* de l'UEQ, publiée en 2020. De même, l'enquête de l'OSMÉES souligne une augmentation de 67 % du pourcentage des personnes étudiantes ayant des idéations suicidaires, passant de 9 % en novembre 2018⁴ à 15 % en novembre 2024. Point méthodologique important à préciser, l'enquête de l'OSMÉES évalue ces pensées au cours du dernier mois, alors que l'enquête de 2018 se basait sur les 12 mois précédant la collecte de données⁵. Ce constat

¹ Ministère de l'Enseignement supérieur. (s. d.). Plan d'action en santé mentale étudiante en enseignement supérieur (PASMÉES). Gouvernement du Québec. <https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/min/education/publications-adm/enseignement-superieur/PASME.pdf>.

² Gouvernement du Québec. (2022). Budget 2022-2023. Plan budgétaire. https://www.budget.finances.gouv.qc.ca/budget/2022-2023/documents/Budget2223_PlanBudgetaire.pdf.

³ Union étudiante du Québec. (2026). Santé mentale en enseignement supérieur : ce que révèle l'enquête Temps pour toi. <https://unionetudiante.ca/Media/publicDocuments/f24da2ee-27ac-451d-a4a9-1541586e2a73.pdf>.

⁴ Ce chiffre provient de l'enquête *Sous ta façade* réalisée en 2018 par l'UEQ : <https://unionetudiante.ca/Media/publicDocuments/Rapport-enquete-sous-ta-facade.pdf>.

⁵ Observatoire sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur (OSMÉES). (2025, décembre). Rapport scientifique : Enquête Temps pour toi. Université de Sherbrooke. https://sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca/wp-content/uploads/2025/12/Rapport_scientifique_enquete-OSMEES_decembre2025_-1.pdf.

met d'autant plus en évidence l'importance de bonifier les services de santé mentale étudiante.

Le gouvernement du Québec n'a décidé de renouveler le PASMÉES que pour une durée d'un an à l'hiver 2026, alors que le précédent plan s'étalait sur 5 ans. Cependant, aucune annonce officielle n'a été faite par le gouvernement concernant les montants alloués à cette reconduction, et l'incertitude entourant cette dernière a entraîné des départs de ressources au sein des universités. De plus, si un comité d'évaluation a été instauré par le ministère de l'Enseignement supérieur, l'UEQ se questionne toutefois sur la volonté du gouvernement de prendre en main la santé mentale étudiante. Une pérennisation des mesures du PASMÉES représente, pour l'UEQ, une base essentielle pour mener à bien les missions du plan d'action.

RECOMMANDATION 1

Que le gouvernement du Québec pérennise les mesures du *Plan d'action sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur*.

L'un des axes d'intervention du PASMÉES est l'accessibilité aux services en santé mentale pour les membres de la communauté étudiante, pour accroître l'accessibilité aux services et en réduire les délais d'accès⁶. Toutefois, il ressort de l'enquête de l'OSMÉES qu'au niveau universitaire, près de 74 % des personnes répondantes ayant ressenti un besoin d'aide n'ont pas eu recours aux services psychosociaux dans leur établissement. Cela s'explique par des enjeux importants concernant les délais d'attente, d'accessibilité et de capacité d'accueil des services. En effet, plus de 50 % des personnes étudiantes universitaires estiment également que les services offerts n'étaient pas adaptés à leurs besoins, et près de 40 % jugent les délais de réponse déraisonnables⁷. Ces enjeux contribuent à orienter la communauté étudiante dans le besoin vers des ressources externes, souvent plus coûteuses ou moins accessibles. À cet égard, seulement 20 % des personnes répondantes universitaires déclarent disposer d'assurances leur permettant de consulter à l'extérieur de leur établissement. Ce chiffre démontre l'importance de bonifier

⁶ Ministère de l'Enseignement supérieur. (s.d.). Plan d'action en santé mentale étudiante en enseignement supérieur (PASMÉES). Gouvernement du Québec.

⁷ Observatoire sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur (OSMÉES). (2025, décembre). Rapport scientifique : Enquête Temps pour toi. Université de Sherbrooke.

les ressources en santé mentale au sein même des universités, afin d'éviter que les personnes étudiantes décident de ne pas consulter de services en santé mentale.

En somme, malgré les avancées permises par le PASMÉES, la demande dépasse largement les ressources disponibles. Il est donc primordial que le gouvernement investisse davantage dans le développement et le financement de services additionnels, et continue le travail de changement de culture afin de favoriser le recours aux services de soutien psychologique.

RECOMMANDATION 2

Que le gouvernement du Québec bonifie le *Plan d'action sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur*, afin de s'assurer que les personnes étudiantes aient accès à des ressources en santé mentale adéquates au sein de leur établissement universitaire.

L'OSMÉES met en lumière des écarts importants entre les différents groupes étudiants. Ainsi, les personnes étudiantes non cisgenres et celles issues de la communauté 2SLGBTQIA+ présentent des prévalences particulièrement élevées de symptômes anxieux et dépressifs. De même, plus de 3 personnes sur 4 en situation de handicap vivent une détresse élevée. Sans un financement adéquat et des mesures renforcées, les services actuels demeureront insuffisants pour répondre à la détresse qui touche de manière disproportionnée ces groupes. L'UEQ recommande l'instauration de services adaptés aux personnes issues des groupes les plus vulnérables, tels que les personnes en situation de handicap et/ou issues de la communauté 2SLGBTQIA+.

RECOMMANDATION 3

Que le gouvernement du Québec continue de collecter des données sur la santé mentale étudiante, particulièrement concernant les personnes étudiantes issues des groupes plus vulnérables.

RECOMMANDATION 4

Que le gouvernement du Québec mette en place des ressources et des initiatives en santé mentale supplémentaires pour les personnes étudiantes issues des groupes plus vulnérables.

Itinérance étudiante

En 2021, UTILE a établi que 3 % de la population étudiante au Québec avait déjà vécu une situation d'itinérance. Par itinérance, UTILE entend « la situation dans laquelle se trouve une personne, une famille ou une collectivité qui n'a pas de logement stable, sûr, permanent et adéquat, ou qui n'a pas de possibilité, les moyens ou la capacité immédiate de s'en procurer un »⁸. De même, 61 % des personnes sondées dans cette enquête ont décrit avoir vécu un épisode d'itinérance cachée. Par exemple, avoir vécu chez un ami, réalisé des nuits blanches dans des cafés, dormi dans les salles de classe, ou encore être dans l'obligation de dormir dans un logement surpeuplé, constituent de l'itinérance cachée.

La situation financière des personnes étudiantes est la cause principale de cette itinérance, à hauteur de 62 % des personnes sondées. L'enquête d'UTILE met donc en lumière « un lien entre la précarité financière des [personnes étudiantes] (travail à temps partiel et salaire annuel de moins de 20 000 \$ pour la majorité) et l'itinérance »⁹. Peu importe que l'itinérance soit visible ou cachée, ce phénomène a des conséquences indéniables sur la réussite et la persévérance académique de la communauté étudiante. 60 % des personnes ayant répondu à l'enquête d'UTILE et qui ont vécu un épisode d'itinérance ont décrit un tel impact. Cela peut pousser les personnes étudiantes à abandonner leur programme. Plus de 25 % des personnes sont concernées¹⁰.

Ces données d'UTILE sont les seules disponibles concernant l'itinérance étudiante. Or, l'organisme mentionne que ses analyses peuvent sous-estimer l'ampleur de l'itinérance étudiante¹¹. De plus, les organismes d'aide au logement, comme ceux appartenant au regroupement des Auberges du Cœur, déclareraient en 2024 qu'ils accueilleraient de plus en plus de personnes étudiantes. Par exemple, le Foyer des jeunes travailleurs expliquait

⁸ UTILE. (2021). L'itinérance étudiante au Québec. Portrait thématique. PHARE 2021. [https://cdn.prod.website-files.com/604e1456a8cd2bab84c72bc8/6759a5f5fa9f6f7a059ae6ed PHARE2021 Itin%C3%A9rance VF.pdf](https://cdn.prod.website-files.com/604e1456a8cd2bab84c72bc8/6759a5f5fa9f6f7a059ae6ed_PHARE2021_Itin%C3%A9rance_VF.pdf).

⁹ UTILE. (2021). L'itinérance étudiante au Québec. Portrait thématique. PHARE 2021.

¹⁰ UTILE. (2021). L'itinérance étudiante au Québec. Portrait thématique. PHARE 2021.

¹¹ UTILE. (2021). L'itinérance étudiante au Québec. Portrait thématique. PHARE 2021.

qu'en 2023, 25 % des personnes résidentes étaient des personnes étudiantes à un niveau postsecondaire¹².

La hausse de la clientèle étudiante pointée par ces organismes appuie l'importance d'avoir des données sur cette population. Le gouvernement a un rôle central à jouer afin d'établir un portrait spécifique des personnes étudiantes vivant de l'itinérance et de leurs réalités, et d'agir adéquatement pour endiguer cette crise. De plus, l'UEQ soutient qu'une enveloppe budgétaire dédiée à ce phénomène soit créée dans les règles budgétaires gouvernementales, afin de venir en aide aux personnes étudiantes y faisant face¹³.

RECOMMANDATION 5

Que le gouvernement du Québec procède à des collectes de données sur l'itinérance chez la population étudiante.

RECOMMANDATION 6

Que le gouvernement du Québec intègre une enveloppe spécifique pour pallier l'itinérance étudiante dans les règles budgétaires gouvernementales.

¹² Fannie Bussières McNicoll, « Des ressources pour les jeunes à risque d'itinérance accueillent des étudiants », *Radio-Canada*, 28 janvier 2024, <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/2044891/jeunes-etudiants-logements-auberge-coeur>.

¹³ Union étudiante du Québec. (2026). Logement étudiant.  tat des lieux et pistes de solutions concernant le logement étudiant abordable : bonification de l'avis de l'Union étudiante du Québec adopté en 2020. <https://unionetudiante.ca/Media/publicDocuments/5067ba43-e475-475b-8c1e-de61f8981432.pdf>