

2380, av. du Mont-Thabor, local 200, Québec (Québec) G1J 3W7 Téléphone : 418 522-7167 Courriel: info@parents-espoir.ca Site internet : www.parents-espoir.ca

MÉMOIRE DÉPOSÉ EN VUE DE LA PRÉPARATION

DU PROCHAIN PLAN D'ACTION INTERMINISTÉRIEL

EN SANTÉ MENTALE (PAISM) 2020-2025

ET DU FORUM PUBLIC ORGANISÉ

PAR MONSIEUR LIONEL CARMANT

MINISTRE DÉLÉGUÉ À LA SANTÉ ET AUX SERVICES SOCIAUX

## À la corédaction :

Marianne Benny, coordonnatrice, formatrice et paire aidante accréditée Patricia Fays Marszalek, agente de développement en andragogie et aux communications

> À la relecture et à la correction : Lise Dufour, co-fondatrice et membre de l'organisme Marianne Bergeron, agente de bureau

11 novembre 2020 - Tous droits réservés©

"Que vos choix soient
le reflet de vos
espoirs et non de vos
peurs."

Nelson Mandela

# TABLE DES MATIÈRES

1.	EN RÉPONSE À LA CITATION DE NELSON MANDELA	4
2.	DES AVANCÉES POUR LA PARENTALITÉ ET LA SANTÉ MENTALE	5
3.	DES OBJECTIFS COMMUNS À INTÉGRER AU PAISM 2020-2025	5
4.	UN FILET SOCIAL PLUS FORT GRÂCE AU COMMUNAUTÉSHIP	7
6.	UN NOUVEAU PROGRAMME TRANSFÉRABLE ET ADAPTABLE	8
8.	UN NOUVEAU CADRE DE RÉFÉRENCE POUR SERVIR LES FAMILLES FRAGILISÉES	11
9.	PROPOSITIONS DE PARENTS-ESPOIR	11
	RECOMMANDATION N° 1	12
	RECOMMANDATION N° 2	
	RECOMMANDATION N° 3	
	ACTION SPÉCIFIQUE N° 1	
	ACTION SPÉCIFIQUE N° 2	
	ACTION SPÉCIFIQUE N° 3	14
10.	EN CONCLUSION	15
11	ANNEVE	10

## 1. EN RÉPONSE À LA CITATION DE NELSON MANDELA

L'organisme PARENTS-ESPOIR partage ses espoirs en matière de santé mentale avec les parents qu'il représente plus particulièrement. Il le fait de manière plus intense et plus large lors de colloques organisés par l'Association québécoise pour la réadaptation psychosociale (AQRP). Par exemple, lors du dernier à Montréal en novembre 2019, l'occasion lui a été donné de faire connaître son tout nouveau concept GESPER (Groupes d'Entraide et de Soutien de Parents Engagés dans leur Rétablissement). En étant basé sur une approche familiale inclusive et collective, GESPER permet d'offrir plus de services et des formations aux parents bénéficiaires qui se sentent concernés et de plus en plus motivés.

Depuis ses débuts en 2003, l'organisme lui-même est un exemple d'« empowerment », du fait qu'il soit géré PAR et POUR ses membres parents engagés, avec l'aide de sympathisants à sa cause. Tous sont conscients qu'en travaillant ensemble, il est aussi possible de diminuer les risques chez les enfants de développer à leur tour un problème de santé mentale<sup>1</sup>, jusqu'aux impacts chez les proches. Ce sont des valeurs telles que : le respect, la confiance, la collaboration, l'entraide et l'épanouissement, vécues quotidiennement qui leur permettent d'évoluer en ce sens.

En 2017, suivant une planification stratégique, PARENTS-ESPOIR a précisé sa *mission*, jusqu'à définir sa *vision* d'avenir :

Mission : Élever le niveau de conscience et de confiance nécessaire à l'appropriation du pouvoir d'agir des parents et futurs parents qui veulent améliorer leur santé mentale et leurs conditions, tout en réalisant leur projet de vie personnelle, familiale et sociale.

**Vision**: Aspirer à être connue et reconnue comme une ressource incontournable en matière de parentalité et de santé mentale. Devenir un pilier nécessaire à la construction d'une société plus inclusive, plus juste et respectueuse des choix et des besoins des parents et de leur famille.

Des plans d'action triennaux, dont le 2e qui débutera en 2021, inspire déjà confiance en l'avenir. Il s'agira concrètement de mesurer les retombées du programme GESPER localement, de l'implanter dans un 2<sup>e</sup> milieu en comparant les résultats, et finalement de l'offrir à d'autres régions.

Tout ce travail démontre le potentiel des membres et de l'organisme qui ne s'arrête pas là. Vous pourrez le constater à la lecture de ce mémoire qui rappelle le thème du dernier Plan d'action interministériel en santé mentale (PAISM) 2015-2020 : « Faire ensemble et autrement ».

À la veille de connaître le thème du prochain PAISM 2020-2025, nous réitérons ce désir de faire autrement pour le mieux-être des familles. Bien que cette fois, nous souhaitons que les parents engagés dans leur rétablissement soient considérées parties prenantes officiellement. Nous reviendrons d'ailleurs sur cette prérogative devenue essentielle si l'on veut contrer les peurs liées aux derniers drames familiaux vécus, pour plutôt choisir l'espoir.

\_

<sup>&</sup>lt;sup>1</sup> Lors du lancement du <u>projet HoPE</u> en janvier 2016, les données régionales précisaient qu'au niveau de la Capitale-Nationale, il y avait approximativement 12 000 enfants nés d'un parent souffrant d'une maladie psychiatrique majeure.

## 2. DES AVANCÉES POUR LA PARENTALITÉ ET LA SANTÉ MENTALE

Dans le cadre du plan d'action 2021-2024 de PARENTS-ESPOIR, offrir plus de services aux parents en considérant leur rôle et leur rétablissement possible au niveau de leur santé mentale, est déjà marquant en termes d'avancées. Que l'on tende en même temps à abattre certaines barrières systémiques sur lesquelles les parents et l'organisme se butent encore, serait doublement marquant en termes de retombées positives.

C'est pourquoi nous trouvions opportun de présenter ce mémoire en concluant avec trois (3) recommandations et trois (3) actions spécifiques, puisque votre Ministère est à l'aube de produire son Plan d'action interministériel en santé mentale (PAISM) 2020-2025.

Nos efforts se doivent plus que jamais de converger vers ce « faire ensemble et autrement ». Définir comment l'on peut y parvenir en facilitant la vie des familles, des intervenants et des experts, jusqu'aux décideurs politiques concernés, nous rappelle toutefois la question d'un papa bénéficiaire du programme GESPER : « Quand est-ce que nous aurons des félicitations? »

Dès maintenant, FÉLICITONS TOUS LES PARENTS QUI MÈNENT DES COMBATS SANS NOM! Félicitons aussi les personnes qui ont eu à cœur de soutenir la parentalité et la santé mentale jusqu'ici, tout en encourageant celles qui nous permettent d'entrevoir un futur meilleur.

Considérant qu'une personne sur cinq est atteinte de troubles mentaux au Québec, ne serait-ce pas là, une façon plus inspirante d'agir, quel que soit notre rôle et notre condition de santé mentale ?

## 3. DES OBJECTIFS COMMUNS À INTÉGRER AU PAISM 2020-2025

Cette même question sur les félicitations porte à réfléchir sur des **objectifs communs que le Réseau public, privé et communautaire pourrait se donner en matière de parentalité et de santé mentale d'ici 1 à 5 ans.** Il est en effet propice de s'y attarder, considérant les drames vécus au Québec, dont celui de Granby, qui a donné naissance à la Commission Laurent sur l'amélioration des services en vue de mieux protéger les enfants du Québec. PARENTS-ESPOIR a proposé lui-même durant cette phase, soit par téléphone ou par écrit, des pistes de solutions qu'il considère en phase avec les principales RecommandActions présentées brièvement depuis par madame Laurent. Deux (2) membres parents et deux (2) employées ont toutefois participé à la consultation régionale de Québec en janvier 2020, bien qu'ils n'aient pas eu le temps de présenter de vive-voix les avancées contenues dans le présent mémoire. Pourtant selon le concept « RIEN POUR NOUS, SANS NOUS », cela aurait été souhaitable. **C'est aussi pourquoi nous aimerions participer au forum public que vous organiserez en vue de la préparation du PAISM 2020-2025.** Mais avant, nous aimerions vous poser une 2<sup>e</sup> question, que l'on aura aussi présentée aux participants de l'atelier que nous aurons animé lors du dernier colloque de l'AQRP à Montréal :

Selon vous, qu'est-ce qui serait <u>possible</u>

<u>si l'on travaillait **tous**</u>

(incluant ici les parents qui peuvent et veulent se rétablir)
en vue de préserver le bien-être des enfants ?

Plusieurs réponses conduisent à proposer des façons nouvelles d'agir en santé mentale, **en partant du prochain PAISM 2020-2025**, **qui devrait inclure les parents**. En effet, il est bien de vouloir mettre l'accent sur la primauté des personnes utilisatrices des services en santé mentale et de faire équipe avec les membres de leur entourage. Il est aussi convenable de prendre en compte l'âge, la culture, le genre, la langue. Toutefois, qu'arrive-t-il des rôles sociaux aussi importants que celui d'être parent, qu'il soit marié, conjoint de fait, séparé ou divorcé, membre d'une famille recomposée ou non?

De sérieux enjeux juridiques devraient aussi être pris en compte, puisque que les droits et devoirs des parents impliquent aussi les droits des enfants comme ceux des grands-parents. La prestation de services se doit d'être plus appropriée en cette matière.

Il faudrait de plus agir de façon inclusive dans tout le Réseau, en mettant l'accent sur le potentiel, les forces, les intérêts et les projets de vie personnel, familial, social et professionnel - rémunéré ou bénévole - dans la vie. Que ceux-ci concernent un jeune, une personne d'un certain âge, un proche ou un parent vivant un problème de santé mentale. Tous peuvent avoir de saines habitudes de vie et les parents peuvent démontrer de plus en plus d'habiletés parentales positives. PARENTS-ESPOIR a même expérimenté cette année la résolution de problèmes en codéveloppement et tous ont des solutions à partager.

Il y a même lieu de considérer l'apport des Pair(e)s Aidant(e)s comme c'était le cas dans le PAISM 2015-2020. PARENTS-ESPOIR a déjà lui-même, 2 Paires Aidantes accréditées, dont sa coordonnatrice et une autre depuis janvier 2020. Une 3e est en voie d'être certifiée pour la région de Québec, en plus d'une 4e qui aidera à développer des services dans la région de la Mauricie et du Centre-du-Québec. Rappelant ici qu'elles nous permettront toutes de mieux réaliser notre propre plan triennal 2021-2024. Notre conseil d'administration se soucie aussi de leur propre santé mentale, c'est d'ailleurs ce qui fait que chez PARENTS-ESPOIR, nous favorisons la participation d'animateurs invités des secteurs communautaire, privé et public, pour les différents ateliers de formation du programme GESPER. En réduisant ainsi le travail en silo, sans doubler les services, cela positionne du coup PARENTS-ESPOIR sur différentes Tables locales et régionales, telles que les Tables de TRIPLE P (pratiques parentales positives) du CIUSSS.

C'est ainsi que PARENTS-ESPOIR arrime ses services, comme il rentabilise les argents investis. La stigmatisation demeure en revanche présente à quelques endroits du Réseau, par exemple à la DPJ. Ce qui nuit aux collaborations possibles, amènent toutefois les intervenantes Paires Aidantes de l'organisme lors d'accompagnements de parents, à expliquer les services de plus qu'ils peuvent recevoir, en sensibilisant les différents intervenants sur les 5 phases du rétablissement. Ajoutons que ces notions devraient être plus connues aussi de tous les acteurs du système juridique, jusqu'aux plus sceptiques. Car dans les faits, le rétablissement existe, plusieurs personnes en sont la preuve vivante et en témoignent davantage de nos jours. Il est vrai que tous n'ont pas l'occasion de suivre la formation de l'AQRP sur le sujet. Mais, cela ne fait pas que l'on doive encore nier cette réalité qui concerne aussi les parents qui ont à cœur de s'engager dans cette voie!

Enfin, le tout démontre combien il est fort important d'encourager le « faire ensemble » tout en se fixant des objectifs communs axés davantage sur le rétablissement. En y croyant, déjà l'on pourrait peut-être diminuer les effets dus « aux portes tournantes » tout en augmentant le « communautéship » que l'on explique à la section suivante.

## 4. UN FILET SOCIAL PLUS FORT GRÂCE AU COMMUNAUTÉSHIP

Le « communautéship » nous rappelle ce vieux proverbe africain :

« Il faut tout un village pour éduquer un enfant » (Dicton africain)



Il est vrai qu'adopter une approche familiale inclusive et collective ne peut se vivre seule ni même avec quelques collaborations. Selon PARENTS-ESPOIR, cela passe par le « communautéship », lequel « implique que les intervenants ont besoin de définir une vision commune basée sur des valeurs partagées et des principes de mise en œuvre du « faire ensemble. »<sup>2</sup>

Par intervenant, il peut s'agir d'acteurs d'un même milieu, quelle que soit son étendue, jusqu'à la gouvernance. Chez PARENTS-ESPOIR, cette étendue peut aussi se définir en partant des besoins des familles soutenues pour le mieux-être des parents et de leur(s) enfant(s), jusqu'à celui des proches. Dans les cas de séparations conflictuelles ou de signalements, comme de troubles mentaux, il y a lieu d'ajouter différents experts et intervenants, incluant ceux accrédités en tant que Pairs Aidants qui permettent de créer l'espoir et des liens de confiance importants, jusqu'à pouvoir témoigner de faits en cour.

C'est ainsi, que le « communautéship » peut se vivre des parents jusqu'aux juges impliqués, en passant par des collaborations et des partenariats signifiants que cette réalité se vive au niveau local <sup>3</sup> jusqu'à la gouvernance. Celle-ci pourrait d'ailleurs mieux répondre aux attentes de divers milieux en déployant cette vision commune. En effet, en respectant le principe de mise en œuvre du *faire ensemble*, un nouveau savoir-faire peut se créer, jusqu'au continuum des services qui peut se voir amélioré. C'est d'ailleurs durant un Comité de consultation et d'orientations locales sur la place de la parentalité en santé mentale, que les parties prenantes ont considéré l'importance de créer <u>un tout nouveau rôle social, soit celui de Parent Pair Aidant (PPA).</u>

#### UN NOUVEL ACTEUR SOCIAL CRÉATEUR DE SENS ET D'ESPOIR

Un tout <u>nouveau portrait</u> de l'aide et du soutien à donner aux familles fragilisées dans le domaine de la santé mentale se dessine à l'horizon. Partant du processus de formation et d'accréditation des pairs et proches aidants œuvrant déjà dans le réseau des Services de Santé et des Services Sociaux, PARENTS-ESPOIR apportera une spécialisation en ajoutant le nouveau rôle de Parent Pair Aidant (PPA) et ce, dès 2021.

En effet, l'organisme déposera bientôt à la Direction de la formation continue de l'Université Laval le processus de formation qui visera à accréditer les PPA. Madame Myreille St-Onge, professeure à la retraite de L'École de travail social et de criminologie de l'Université Laval, donnera son avis sur cette demande. Par cet aval, PARENTS-ESPOIR est certain que les futurs PPA seront qualifiés, à commencer par sa propre équipe qui expérimente le processus et d'où émergeront les 4 premiers PPA au Québec.

<sup>&</sup>lt;sup>2</sup> Henry Mintzberg, professeur reconnu en management de l'Université Mc Gill à Montréal. Pour en savoir plus sur sa pensée, lire cet extrait de *La Presse*, 14 avril 2007, consulté sur le site : <a href="http://www.jsbouchard.com/2007/04/mintzberg-sur-le-leadership/">http://www.jsbouchard.com/2007/04/mintzberg-sur-le-leadership/</a>

<sup>&</sup>lt;sup>3</sup> Voir par exemple la liste des collaborateurs/partenaires au niveau local de PARENTS-ESPOIR, fournie en annexe.

#### L'organisme aura prévu pour l'accréditation des PPA la collaboration de :



- l'AQRP, pour la formation en intervention par les pairs, laquelle tient compte des 5 phases du rétablissement, comme de différents moyens, en plus de plusieurs outils facilitant les interventions;
- l'entreprise CommeUnique, reconnue pour offrir plusieurs formations aux parents, couples, éducateurs, maîtres formateurs, entreprises, fait que nous aurons choisi pour les PPA, la formation appelée Parent-Guide, Parent-Complice.

Quant à PARENTS-ESPOIR, il s'occupera des volets savoir-faire et savoir-être, qui comprendront entre autres des ateliers sur la communication saine. De plus en considérant la coparentalité jusqu'à l'aliénation parentale qui deviennent de plus en plus fréquentes de nos jours, nous attendons une confirmation d'ici peu afin de pouvoir offrir le programme FEE (Faire Équipe pour les Enfants) adaptation du Working Together Program Owen & Rhoades (2010)<sup>4</sup>. Ajoutons à cela, une formation au niveau juridique visant à faciliter la compréhension du système juridique et à accompagner les parents à travers leurs démarches. PARENTS-ESPOIR pourra de plus coordonner et superviser les stages des futurs PPA, en collaboration de futurs milieux d'emplois, jusqu'à favoriser l'intégration de ceux qui s'engageront dans cette voie.

Enfin, précisons que les PPA sélectionnés, sont à la base des parents qui auront réussi à surmonter des difficultés diverses qui les rendent, par le fait même, aptes à comprendre, à guider et à soutenir d'autres parents en détresse. Leur vécu expérientiel utilisé judicieusement est pour tout dire essentiel. Peu importe leurs conditions de vie et leur santé mentale qu'ils ont vu à rétablir ou à stabiliser, le climat de confiance et leur exemple à l'égard de l'« empowerment », contribueront à donner l'espoir nécessaire à la résilience d'autres parents. Voilà aussi une forte motivation à rendre plus accessibles des services aux familles grâce aux futurs PPA qui pourront œuvrer dans le Réseau communautaire ou public, comme dans tout milieu. Ils pourront alors contribuer au communautéship, tout en s'ajoutant à la sphère des Pairs et Proches Aidants accrédités déjà existants.

## 6. UN NOUVEAU PROGRAMME TRANSFÉRABLE ET ADAPTABLE

À la suite de l'accréditation de leur formation, les Parents Pairs Aidants (PPA) pourront intervenir partout au Québec autant sur le plan individuel, familial que collectif. Que ce soit en offrant des suivis personnalisés sur rendez-vous, de l'accompagnement au niveau juridique, en animant ou coanimant des ateliers de formation liés au programme GESPER. Ils pourront aussi offrir aux parents de régler des problèmes en utilisant méthode Codev (codéveloppement), en plus des groupes d'entraide et de soutien via le Réseau GESPER.

Soulignons en plus que depuis septembre 2019, GESPER est lié aux programmes d'intégration sociale (IS) et d'intégration socio-professionnelle (ISP) du ministère de l'Éducation et des Études supérieures

<sup>&</sup>lt;sup>4</sup> Owen, J. & Rhoades, G. K. (2010). Reducing Interparental Conflict Among Parents in Contentious Child Custody Disputes: An Initial Investigation of the Working Together Program, Journal of Marital and Family Therapy, p. 1-14.

(MEES). Cela le rend d'ailleurs transférable et adaptable à tout milieu qui pourront se l'approprier selon les critères du MEES. Ainsi ce sont plus de parents que nous pourrons féliciter, puisque le MEES peut remettre une attestation après 75 heures d'ateliers cumulées pour chacun des 5 volets suivants :

- habiletés parentales positives (HPP);
- habiletés personnelles et sociales (HPS);
- gestion du quotidien et de la santé (GQS)
- gestion et résolution de problèmes (GRP)
- intégration socioprofessionnelle (ISP)





De plus, au niveau de la Capitale-Nationale, PARENTS-ESPOIR collabore avec Le Pavois et Le Centre de jour Feu vert afin d'offrir le parcours intensif de 21h/sem. durant 19 semaines, pour 399h au total.

D'autres ressources peuvent en bénéficier grâce au référencement, comme d'autres milieux peuvent tout aussi bien s'approprier le concept, jusqu'à devenir autonome en voyant à former des PPA (ex.: pour les autochtones, pour les pères, pour les immigrants, etc.).

Ajoutons que d'ici peu, une application conçue sur mesure servira à numériser toutes les données liées aux différents suivis et services. Elle permettra aussi de mettre en place des indicateurs d'impacts et de performance, rattachés aux objectifs des deux programmes (IS et ISP) du MEES, et aux objectifs plus personnels des parents. Toutes ces possibilités nouvelles rattachées ensemble, font que l'on considère GESPER égal à un nouveau concept réellement innovant socialement.

Enfin, en brisant l'isolement et en limitant les listes d'attente grâce aux trois parcours ponctuel, intensif et continu de GESPER, des services durables deviendraient accessibles dans différentes régions du Québec. Pour que des familles soient plus en santé et actives, quoi demander de mieux ?



## 7. UN NOUVEAU REGROUPEMENT DE PARENTS : LE RÉSEAU GESPER



Avec l'idée d'exporter GESPER dans différents milieux, de futurs groupes d'entraide pour les parents désireux de s'engager à l'intérieur d'un même Réseau deviendraient possibles. Ce nouveau Réseau aura cependant besoin de l'engagement d'autres acteurs de l'externe, que ce soit pour du financement ou des partenariats nouveaux dans différentes régions du Québec.

D'un autre côté à l'interne, nous voyons l'occasion de fournir une base solide et inspirante à ce Réseau, en impliquant des parents participants au programme GESPER. Nous donnons même le titre de Parents Porteurs d'Espoir (PPE), à ceux qui voudraient devenir Parents Pairs Aidants (PPA). Deux de la première cohorte, soit un premier père et une première mère immigrante, sont même prêts à suivre le processus d'accréditation en vue de leur intégration socioprofessionnelle.

<u>Des avancées concrètes sont donc possibles</u> chez et avec PARENTS-ESPOIR, autant que l'unité peut faire la force du Réseau GESPER. Surtout que toutes ces initiatives nouvelles rejoignent les propres standards prévus déjà par votre Ministère<sup>5</sup>. Sans oublier qu'elles font partie des RecommandActions de la Commission Laurent en matière de services à fournir aux familles fragilisées, qui se veulent pragmatiques et mesurables sur le terrain. Le Réseau GESPER ferait donc partie d'une des solutions!



<sup>&</sup>lt;sup>5</sup> Selon les types de services et les exigences que l'on retrouve au tableau 1, annexe 1 du document Synthèse du Plan d'action interministériel en santé mentale, PAISM 2015-2020.

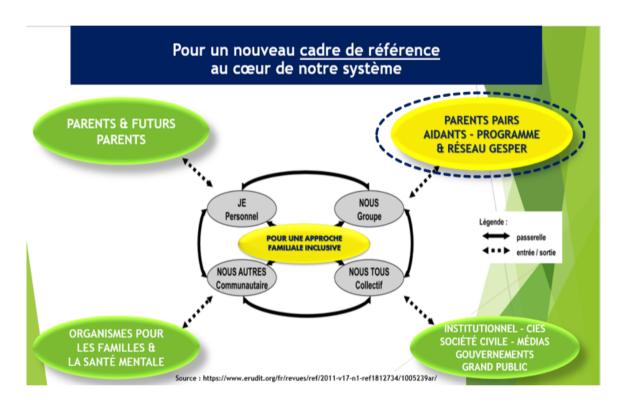
10

## 8. UN NOUVEAU CADRE DE RÉFÉRENCE POUR SERVIR LES FAMILLES FRAGILISÉES

Enfin, tous les *possibles* deviendraient plus *concrets* avec ce que propose PARENTS-ESPOIR :

- un tout nouveau rôle de Parent Pair Aidant (PPA) en voie d'être accrédité;
- un nouveau programme de services transférable et adaptable à tout milieu;
- un nouveau Réseau GESPER avec la participation de Parents Porteurs d'Espoir (PPE).

PARENTS-ESPOIR offre ainsi l'occasion, au sein du Réseau des Services de Santé et des Services sociaux, de créer un nouveau cadre de référence axé sur une approche familiale inclusive et le rétablissement (et non sur la maladie qui stigmatise)<sup>6</sup>. Pour mieux répondre aux besoins des familles fragilisées qui auront le potentiel de reprendre le chemin de l'épanouissement grâce à des parents engagés et plus connaissant en matière de leurs droits et devoirs, que peut-on espérer de mieux, sinon que ce cadre et ses différentes parties prenantes soient considérés dans le PAISM 2020-2025?



#### 9. PROPOSITIONS DE PARENTS-ESPOIR

Nous savons tous depuis la COVID-19, combien le niveau de stress, d'angoisse et de détresse au sein des familles québécoises, dans nos organisations et même au gouvernement, a pu augmenter. Toutefois, TOUS ENSEMBLE, nous pouvons envisager un avenir meilleur pour les familles grâce aux projets novateurs de PARENTS-ESPOIR, présentés tout au long de ce mémoire.

En lien avec ces initiatives, nous avons à vous soumettre <u>trois (3) recommandations liées au PAISM</u> <u>2020-2025, ainsi que trois (3) actions plus spécifiques qui pourraient avoir lieu dans ce cadre</u>.

<sup>6</sup> Inspiré du cadre de référence sur l'appropriation du pouvoir d'agir personnel et collectif, consulté sur le site :

## Recommandation n° 1

Le prochain Plan d'action interministériel en santé mentale (PAISM) 2020-2025 représenterait un bon moment pour intégrer les particularités et les défis liés à la parentalité et à la santé mentale. Être parent, tout en vivant avec un problème de santé mentale, est légitime. Connaître ce genre de problème, dès qu'un enfant vient au monde ou suivant une séparation, un deuil, un signalement, de la violence ou une situation de pauvreté, etc., est pourtant souvent ignoré, voire nié. Il est donc important de mettre en lumière qu'il soit possible de vivre le rôle parental de manière plus adéquate, en étant plus outillé et accompagné lors des traversées plus difficiles.

Nous préconisons donc d'accorder dans le prochain PAISM, la place aux parents fragilisés par un trouble de santé mentale.

#### Recommandation n° 2

En considérant les constats suivants ainsi que des pistes de solutions que l'on y rattache déjà, voire :

- ➤ la peur d'être jugé ou la stigmatisation, jusqu'à la discrimination causant des iniquités sociales en santé mentale, qui n'ont plus leur raison d'être en 2020; le tout donnant à penser que l'on aurait avantage en enseigner la bienveillance, comme la communication saine dans tout le réseau et non seulement aux parents;
- ➤ la méconnaissance des services offerts que ce soit au niveau communautaire, public et privé en santé; comme au niveau juridique, ne font qu'augmenter les impacts sans pour autant donner un continuum de services de qualité; ce qui démontre le besoin d'arrimer les services Par et Pour le « communautéship »;
- ➢ l'absence de connaissances des 5 phases de rétablissement, ainsi des habiletés parentales positives, jusqu'aux droits et devoirs parentaux, accentue les difficultés vécues par les parents fragilisés tout en n'aidant pas à mieux prévenir; par contre au sein du programme GESPER ses savoirs sont au cœur même de l'action auprès des parents.

Tout cela démontrant finalement que davantage de sensibilisation, d'informations et de formations, ainsi qu'un arrimage des services basé sur un même socle de connaissances pour différents acteurs de proximité, serait très certainement à prioriser. Pour mieux y parvenir, PARENTS-ESPOIR considère qu'il y a lieu d'ajouter le nouveau rôle de Parent Pair Aidant (PPA) aux équipes d'intervention existantes agissant auprès des familles. Encourageons aussi le déploiement du programme GESPER qui suscitera des changements significatifs, même pour des parents que l'on considère à risque de perdre la garde de leurs enfants. Enfin, nos efforts en ce sens nous ont démontré, avec la 1<sup>re</sup> cohorte de parents qui ont bénéficié du parcours intensif de GESPER et malgré la Covid-19, que la mobilisation y était et est demeurée, comme il est y toujours. L'équipe de Parents Pairs Aidants de PARENTS-ESPOIR peut en témoigner.

Pour toutes les raisons précédentes, nous préconisons donc que le PAISM 2020-2025, au même titre que le PAISM précédent encourageait l'embauche de pairs aidants, reconnaisse l'importance des Parents Pairs Aidants (PPA) formés et accrédités en ce qui a trait à la santé mentale, à la parentalité/coparentalité et au système juridique. Pour mieux répondre aux besoins de services à ces 3 niveaux et pour un plus grand nombre de parents bénéficiaires, nous souhaitons aussi que le Ministère par le PAISM fixe une cible précise en termes d'embauches de futurs PPA, que ce soit au niveau communautaire ou public.

## Recommandation n° 3

La santé mentale peut être un choix pour tous, quels que soient leur âge, leur culture, leur genre, leur religion, leur langue, leur milieu, leurs conditions de vie et indépendamment de leur rôle social. Cela se démontre de multiples façons à travers notre propre Réseau de la Santé.

Nous préconisons d'encourager et de féliciter dans le cadre du PAISM 2020-2025, toutes les initiatives qui portent leurs fruits, surtout celles qui donnent de l'espoir et qui impliquent des personnes utilisatrices elles-mêmes. Ce qui devrait inclure celles des parents en rétablissement engagés jusqu'aux futurs Parents Pairs Aidants accrédités, qui peuvent contribuer à l'amélioration des services grâce programme et futur Réseau GESPER.

Le tout s'appuie d'ailleurs sur des données concluantes et convaincantes :

« Les programmes communautaires de soutien parental utilisant une approche centrée sur la famille font augmenter la confiance et le sentiment de compétence des parents. Les pratiques d'aide participatives qui font participer activement les parents, afin qu'ils décident quelles sont les connaissances importantes pour eux et quelle est la façon dont ils souhaitent obtenir l'information dont ils ont besoin, ont les effets les plus positifs sur la confiance et sur le sentiment de compétence des parents. »<sup>7</sup>

Alors que d'autres données probantes associent « [...] le soutien par les pairs à la diminution du nombre d'hospitalisations pour des problèmes de santé mentale et des symptômes de détresse; et à l'amélioration du soutien social et de la qualité de vie. »<sup>8</sup>



<sup>&</sup>lt;sup>7</sup> Voir en conclusion de la publication de décembre 2014, consultée sur le site : <a href="http://www.enfant-encyclopedie.com/">http://www.enfant-encyclopedie.com/</a>/habiletes-parentales/selon- experts/programmes-communautaires-de-soutien-aux-parents

<sup>8</sup> Voir page 4 du document consulté sur le site : https://www.mentalhealthcommission.ca/sites/default/files/2016-10/Making\_the\_Case\_for\_Peer\_Support\_2016\_Fr.pdf.pdf

Les prochaines actions concernent plus particulièrement des <u>besoins organisationnels et systémiques</u> qui, en temps réel, faciliteraient notre vision commune liée à l'amélioration des services pour les familles fragilisées.

## Action spécifique n° 1

PARENTS-ESPOIR se propose de valider les retombées du programme GESPER dans le cadre d'un **projet pilote** durant son plan triennal 2021-2024. En plus de la région de la Capitale-Nationale, il verra à l'offrir dans la région de la Mauricie et du Centre-du-Québec dès septembre 2021. L'organisme pourra ainsi comparer les résultats. À cet effet, l'organisme a besoin de soutien et d'engagement, sans oublier d'appuis financiers des CIUSSS concernés, en plus du secteur privé et de Fondations.

Afin d'assurer au projet son succès et sa pérennité, nous désirons un appui financier pérenne avec l'appui du ministère de la Santé et des Services sociaux lui-même;

## Action spécifique n° 2

Pour garantir le succès attendu du projet pilote dans ces deux régions, qui peuvent servir de « modèle » pour le déploiement futur du programme et du Réseau GESPER, nous voulons mettre en place deux Tables de concertation régionales, en impliquant différentes parties prenantes de chaque milieu. Ces tables auront aussi pour buts de vous transmettre les avancées, tout en mettant en lumière certains obstacles, déjà identifiés, que nous souhaitons diminuer en temps réel.

À cet effet, par votre entremise, nous sollicitons votre aide afin de rejoindre et impliquer d'autres représentants des différents ministères qui pourraient être concernés, soit de façon ponctuelle ou pour la durée du projet. Ces différents ministères pourraient être ceux : de la Famille, de la Justice, de l'Éducation et des Études supérieures, de l'Emploi et Solidarité sociale et de la Sécurité publique.

## Action spécifique n° 3

En complément de nos efforts locaux, nous soutenons la suggestion récente du Maire de Québec, monsieur Régis Labeaume, visant à créer une Table de concertation interministérielle nationale en Santé Mentale. Elle permettrait simultanément de coordonner les actions du PAISM 2020-2025 et de les synchroniser aux RecommandActions de la Commission Laurent. Deux parents, soit une mère et un père, engagés dans leur rétablissement pourraient représenter PARENTS-ESPOIR à cette Table.

#### EN CONCLUSION

Pour terminer ce mémoire, sur une note positive remplie d'espoir, voici <u>les réponses obtenues à la guestion posée durant le dernier colloque</u> en santé mentale de l'AQRP :

Selon vous, qu'est-ce qui serait <u>possible</u>

<u>si l'on travaillait **tous**</u>

(incluant ici les parents qui peuvent et veulent se rétablir)

<u>en vue de préserver le bien-être des enfants</u> ?

- Diminution des signalements versus une hausse du rétablissement
- Moins de peurs et plus de confiance à la suite d'une meilleure écoute des parents
- Augmentation de la prévention chez les enfants
- Normalisation du rétablissement chez les parents
- Préservation des liens parents-enfants

Deux parents ont aussi ajouté et ce qui nous paraît encore plus précieux à nos yeux :

- Ça nous rendrait plus égaux
- Ca changerait le futur de nos enfants…!

La preuve que « nous sommes la solution aux problèmes de ce monde. Nous tous, si nous travaillons ensemble. »

(Henry Mintzberg)



## **ANNEXE**





Nom, Prénom	Établissements	Statut ou contribution	Courriel
Garneau, Marie Technicienne en organisation scolaire Houde, Sophie Conseillère pédagogique	Centre St-Louis associé au Centre des services scolaires de la Capitale	Partenaire intermédiaire permettant de lier le programme GESPER aux programmes d'intégration sociale et socio-professionnelle du ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur du Québec	Garneau.Marie@cscapitale.qc.ca Houde.Sophie@cscapitale.qc.ca
Cyr, Francine Directrice Soucy, Brigitte Responsable des groupes entendeurs de voix	Le Pavois de Québec	Organisme partenaire pour le volet socio- professionnel du programme GESPER, en plus de la participation de madame Soucy sur notre Comité de consultation et d'orientations locales sur la place de la parentalité en SM	f.cyr@lepavois.org  N.B.: Madame Soucy n'est plus à l'emploi du PAVOIS depuis sa dernière implication à notre Comité.
Brodeur, Maryssa Adjointe à la coordination	Maison de la Famille de Québec	Pour la participation de madame Brodeur sur notre Comité de consultation et d'orientations locales sur la place de la parentalité en SM	mf-quebec@videotron.ca
Aubé, Céline Directrice	Le Centre de Jour Feu Vert	Organisme partenaire pour le volet gestion du quotidien et de la santé du programme GESPER	c.aube@cdjfeuvert.org
Paquet, Claudine, Travailleuse autonome	L'entreprise Par Exemple	Animatrice externe invitée pour le volet des habiletés parentales positives du programme GESPER	claudinepaquet@parexemple.ca

Robillard, Catherine, Travailleuse autonome	L'entreprise La Bienveillante	Animatrice externe invitée pour le volet des habiletés parentales positives du programme GESPER	labienveillanteeducation@gmail.com
Marie-Eve Nadeau Travailleuse, autonome	Technicienne en éducation spécialisée	Animatrice externe invitée pour le volet gestion du quotidien et de la santé du programme GESPER	marieevenadeau89@outlook.fr
Bergeron, Annie, Travailleuse autonome	L'entreprise Les ateliers Spontanés	Animatrice externe invitée pour le volet habiletés personnelles et sociales du programme GESPER	atelierspontanes@gmail.com
Sauvageau, Martine Travailleuse autonome	Experte en codéveloppement anciennement du Centre St- Pierre de Montréal	Animatrice externe invitée pour les volets habiletés parentales positives, personnelles et sociales du programme GESPER	msauvageau@centrestpierre.org
St-Pierre, Monik Julie Fortier	CIUSSS-CN, Direction de la Santé publique	Animation de 2 conférences lors de notre activité de réseautage au Domaine de Maizerets	<u>Julie.fortier3.ciussscn@ssss.gouv.qc.ca</u> monik.st-pierre.ciussscn@ssss.gouv.qc.ca
Lesage, Julie Directrice adjointe	CIUSSS-CN, Direction santé mentale et dépendances et le CRDQ	Référencement et suivis spécialisés au niveau psychologique et dépendances des participants au programme GESPER	julie.lesage.ciussscn@ssss.gouv.qc.ca
White, Caroline, directrice adjointe Landry, France coordonnatrice du programme TRIPLE P	CIUSS de la Capitale-Nationale, Direction du programme jeunesse et programme Triple P (Pratique Parentale Positive)	Référencement et animation des ateliers du programme TRIPLE P dans le cadre du volet habiletés parentales positives du programme GESPER, en plus de notre participation aux Tables locale et régionale de TRIPLE P	mireya.cortes.ciussscn@ssss.gouv.qc.ca france.landry.ciussscn@ssss.gouv.qc.ca
Huot, Julie Co-coordonnatrice	Table CommunAction pour parents d'enfants 0-5 ans	Participation à cette table de concertation Basse-ville, St-Sauveur et Limoilou	juliehuot@communaction05.ca

Boniewski, Monique Directrice générale	Association canadienne pour la SM de Québec	Pour notre participation au salon de la SM de Québec en 2018 et 2019	communicatin@acsmquebec.org
Rice, Charles Directeur	Regroupements l'AGIR de Québec et COSME au niveau provincial	Pour notre participation aux réunions régionales des organismes communautaires en SM de la région 03	ricecharles@hotmail.com
Dr Maziade, Michel Pédopsychiatre clinicien, professeur titulaire à l'Université Laval	Centre de recherche CERVO	Partenaire de recherche possible pour l'analyse des retombées du programme GESPER à venir	Michel.Maziade@fmed.ulaval.ca
Rousseau, Sandrine Coordonnatrice et formatrice	Réseau Pairs Aidants de l'AQRP	Partenaire pour la formation des Pairs Aidants et futurs Parents Pairs Aidants, laquelle est accréditée par la direction de la Formation continue de l'ULaval	srousseau@aqrp-sm.org
Lavoie, Audrey Propriétaire	L'entreprise CommeUnique inc.	Partenaire pour la formation des futurs Parents Pairs Aidants volet parentalité	audreylavoie@commeunique.com
Verret, Andrée-Anne Coord. aux communications et à la vie associative Fortier, Evelyne Conseillère vie associative	Caisse Desjardins de Limoilou de Québec	Partenaire financier, présentateur principal du programme GESPER	andree-anne.verret@desjardins.com evelyne.h.fortier@desjardins.com
Boulet, Élisabeth Directrice	Fondation Saison Nouvelle	Partenaire financier volet perfectionnement de l'équipe de PARENTS-ESPOIR	saisonnouvelle@bellnet.ca
Duchesneau, Jean-Pierre professeur en informatique au niveau de la formation continue et services aux entreprises	Cégep Ste-Foy	Professeur superviseur des étudiants en stage informatique qui ont conçu l'application GESPER servant à informatiser toutes les données	jpduchesneau@cegep-ste-foy.qc.ca

Landry, Yves Directeur affaires communautaires	Fondation Telus pour un avenir meilleur	Partenaire financier pour le volet équipement et soutien informatique	yves.landry@telus.com
Otis, Sharon Avocate	Barreau de Québec	Conseillère juridique de l'organisme aussi animatrice bénévole dans le cadre des ateliers Droits et Devoirs du programme GESPER	sotis@lafirmeavocats.ca
Vasseur, Perrine Agente de soutien – aide financière et fonds philanthropiques	Fondation Québec Philanthrope distributeur désigné pour le Fonds d'urgence aux organismes communautaires Région 03	Partenaire financier dont les fonds ont servi à embaucher à contrat notre agente de développement experte en andragogie et communications, en plus couvrir une partie des salaires de 2 Parents Pairs Aidants en 2020	pvasseur@quebecphilanthrope.org
Lapointe, Richard Propriétaire	Zonart communications	Pour différents contrats de COM et notre site web	rlapointe@zonartcommunications.com
Gauvin, Nathalie Conseillère aux entreprises Gagnon, Doris Conseillère aux subventions visant l'intégration en emploi	Services Québec, bureau de Charlesbourg	Partenaire financier pour volet perfectionnement de l'équipe de PARENTS-ESPOIR, aussi pour subventions liées à l'intégration socioprofessionnelles	Gauvin.Nathalie@servicesquebec.gouv.qc.ca DORIS.GAGNON@servicesquebec.gouv.qc.ca
Bélanger, Andréanne Représentante de Services Canada	Emplois d'été Canada	Partenaire financier pour emplois d'été	QC-DPMTDS-QCHAP.EEC- GD@servicecanada.gc.ca
Lafleur, Diane Conseillère-cadre au PSOC, aussi répondante, Santé et bien-être des femmes et des hommes, Agressions sexuelles, Violence conjugale, Autochtones au Bureau du PDGA	CIUSSS de la Capitale	Partenaire financier pour fonds récurrents dans le cadre du Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC) et fonds d'urgence liés à la Covid-19	diane.lafleur.ciussscn@ssss.gouv.qc.ca

