

Ouvrons le dialogue :
Plus de 350 proches et experts en santé mentale se réunissent pour briser les tabous

CAP santé mentale organise le tout premier Congrès intersectoriel sur les proches en santé mentale les 18 et 19 octobre au Centre des congrès de Québec

Québec, le 18 octobre 2024 – Au Québec, une personne sur cinq vit avec un trouble mental et les proches sont aux premières loges pour les soutenir au quotidien. Pourtant, même en 2024, ceux-ci se sentent peu écoutés, impliqués et informés. Pour changer cette culture, CAP santé mentale organise le premier Congrès intersectoriel sur les proches en santé mentale afin d'ouvrir le dialogue entre les proches et tous les acteurs concernés.

Les proches sont indispensables pour soutenir les personnes vivant avec un trouble mental

Au Québec, la proche aidance en santé mentale touche tout le monde, que ce soit en tant que parent, frère, sœur, conjoint-e, membre de la famille ou ami-e. Le ministère de la Santé considère qu'il est essentiel d'impliquer les proches en santé mentale dans le processus de rétablissement et de bien les soutenir dans leur rôle exigeant, un rôle d'accompagnateur qui assure un filet social. Rappelons que :

- Souvent en première ligne, les familles et les proches sont confrontés à toute une gamme d'émotions : de l'inquiétude, du stress, de la tristesse, de la colère, de l'impuissance et de la culpabilité.
- Les proches, qui ne sont pas préparés à ce rôle d'accompagnateur, sont eux-mêmes à risque de développer des problèmes de santé mentale s'ils n'obtiennent pas le soutien dont ils ont besoin.
- Les proches bien soutenus contribuent au rétablissement de la personne vivant avec un trouble de santé mentale et ainsi à réduire le recours aux services en santé, à la police ainsi qu'au système de justice.

« **Ouvrons le dialogue pour créer un avenir meilleur** » est le thème du Congrès sur les proches en santé mentale, un événement unique qui vise à créer un forum d'échange avec tous les acteurs concernés : les proches, les personnes vivant avec un trouble de santé mentale, les experts, les gestionnaires et les intervenants des secteurs communautaires, de la santé et des services sociaux, de la justice, de l'éducation, de la sécurité publique ainsi que de la recherche.

info@capsantementale.ca | www.capsantementale.ca

Citation :

« Les proches jouent un rôle crucial et sont indispensables au rétablissement d'une personne qui vit avec un trouble mental. Dans ce contexte, nous avons une responsabilité collective de mieux les écouter, de mieux les soutenir, de briser les tabous et d'ouvrir le dialogue avec les proches en santé mentale. Avec ce premier congrès *pour et avec* les proches, nous voulons mieux faire connaître leur réalité et les meilleures approches pour les aider. Nous devons faire de la santé mentale une priorité nationale au Québec, sans oublier les familles et les proches qui contribuent à réduire le recours aux services de santé, de sécurité publique et de justice. Les échanges avec les participants du Congrès, nous en sommes convaincus, nous aideront à changer la culture à l'égard des proches en santé mentale », a déclaré monsieur René Cloutier, directeur général de CAP santé mentale.

« L'organisation de ce congrès est une occasion unique de reconnaître et de valoriser le rôle crucial que jouent les proches dans le parcours de rétablissement des personnes vivant avec un trouble mental. Dans les dernières années, on a transformé ensemble la manière dont nous abordons la santé mentale au Québec, en plaçant les familles et les proches au cœur de nos actions. Des initiatives comme Aider sans filtre aide chaque année des milliers de jeunes qui côtoient une personne présentant un trouble mental, que ce soit un parent, un frère, une sœur, un conjoint ou un ami. La journée d'aujourd'hui est donc une initiative importante, car elle aidera à briser les tabous en ouvrant le dialogue et je remercie CAP Santé mentale pour l'organisation. Continuons à mieux soutenir les proches, à les écouter et à leur offrir les ressources nécessaires.», a déclaré Lionel Carmant, ministre responsable des Services sociaux.

À propos du CAP santé mentale

Actif depuis 1985, [CAP santé mentale](#) regroupe 52 associations dans toutes les régions du Québec. Leur mission est d'offrir un soutien psychosocial aux proches des personnes ayant un problème de santé mentale, en offrant gratuitement les services suivants : informations, groupes d'entraide, soutien professionnel, accompagnement, formations et mesures de répit. Fort de son expertise unique au Québec, CAP santé mentale demeure le seul regroupement québécois exclusivement destiné aux familles et à l'entourage en santé mentale. Ses associations membres soutiennent plus de 20 000 proches annuellement.

– 30 –

Source : CAP santé mentale

Renseignements : Manon Dion

418 687-0474 / 1 800 323-0474 | Cellulaire : 418 559-3919