

RAPPORT D'ANALYSE

Consultation Officielle des Membres 2025 – Association Vox Québec

Par Marilyn Dagenais

RÉSUMÉ

Cette consultation a recueilli **18 réponses** entre février et mai 2025, offrant un aperçu précieux des besoins et préoccupations des membres de l'Association Vox Québec en matière de santé mentale.

1. PROFIL DÉMOGRAPHIQUE DES RÉPONDANTS

Genre et âge

- Genre : 89% femmes (16/18), 11% hommes (2/18)
- Âge : Concentration principale dans les tranches 40-49 ans (39%) et 50-59 ans (22%)

Répartition géographique

- Montérégie : 28% (5 répondants)
- Lanaudière : 17% (3 répondants)
- Capitale-Nationale : 11% (2 répondants)
- Chaudière-Appalaches : 11% (2 répondants)
- Autres régions : Montréal, Outaouais, Laval, Abitibi-Témiscamingue, Gaspésie

Niveau de scolarité

- Universitaire : 33% (6 répondants)
- Collégial (DEC) : 39% (7 répondants)
- Secondaire : 22% (4 répondants)

Situation d'emploi

- Temps plein : 44% (8 répondants)
- Sans emploi/invalidité : 28% (5 répondants)
- Temps partiel/retraité : 28% (5 répondants)

2. ACCÈS AUX SERVICES DE SANTÉ MENTALE

Facilité d'accès

- Oui : 50% (9 répondants)
- Non : 50% (9 répondants)

Services utilisés (les plus fréquents)

1. Consultation avec spécialiste : 94% (17/18)
2. Thérapie individuelle : 61% (11/18)
3. Médication traditionnelle : 56% (10/18)
4. Thérapie de groupe : 39% (7/18)

Évaluation de la qualité

- Bonne à excellente : 67%
- Moyenne à faible : 33%

3. PRINCIPALES BARRIÈRES IDENTIFIÉES

Top 5 des obstacles dans les services en santé mentale

1. Listes d'attente/disponibilité : 78% des répondants
2. Coûts élevés : 56% des répondants
3. Stigmatisation : 44% des répondants
4. Manque de ressources : 39% des répondants
5. Problèmes de communication entre professionnels : 22% des répondants

4. BESOINS ET PRÉFÉRENCES POUR LES ACTIVITÉS

Types d'activités souhaitées

1. Ateliers de développement personnel : 72% (13/18)
2. Groupes de soutien : 61% (11/18)
3. Conférences/webinaires : 56% (10/18)
4. Activités récréatives : 50% (9/18)

Modalités préférées

- En ligne : 44% (préférence pour l'accessibilité)
- En personne : 33% (pour l'interaction humaine)
- Mixte : 23%

Taille de groupe préféré pour les activités

- Petits groupes : 67% (pour l'intimité et la qualité des échanges)
- Pas de préférence : 33%

Horaires préférés

- Semaine, jour : 56%
- Semaine, soir : 33%
- Week-end : 22%

5. SUJETS D'INTÉRÊT PRIORITAIRES

1. Gestion du stress et développement personnel : 72%
2. Ressources disponibles en rétablissement : 67%
3. Informations générales sur les enjeux : 61%
4. Avancement des services au Québec : 61%
5. Témoignages : 33%

6. BIEN-ÊTRE ET SOUTIEN

Niveau de bien-être (échelle 1-10)

- Moyenne : 6.4/10
- Répartition :
 - 8-10 : 28% (bien-être élevé)
 - 5-7 : 44% (bien-être moyen)
 - 1-4 : 28% (bien-être faible)

Réseau de soutien

- Ont un réseau : 72%
- N'ont pas de réseau : 28% (besoin d'aide pour développer des connexions)

7. SENSIBILISATION ET COMMUNICATION

Perception de la sensibilisation actuelle dans le milieu de la santé mentale

- Insuffisante : 78% des répondants
- Suffisante : 22% des répondants

Canaux de communication préférés

1. Courriel/infolettres : 83%
2. Réseaux sociaux : 61%
3. Site web : 44%
4. SMS : 11%

Réseaux sociaux utilisés

1. Facebook : 89% des utilisateurs de réseaux sociaux
2. YouTube : 44%
3. LinkedIn : 33%
4. Instagram : 28%
5. TikTok : 22%

8. SUGGESTIONS D'AMÉLIORATION

Pour les services de santé mentale

1. Réduire les listes d'attente
2. Former les professionnels contre la stigmatisation
3. Intégrer des pairs aidants dans les équipes
4. Améliorer la communication entre professionnels
5. Offrir plus de services gratuits ou abordables

Pour l'association

1. Organiser plus d'activités régionales
2. Créer des groupes de soutien spécialisés
3. Développer des ressources en ligne
4. Améliorer la sensibilisation publique
5. Offrir des formations et ateliers

9. ENGAGEMENT ET BÉNÉVOLAT

Intérêt à s'impliquer

- Oui : 39% (7 répondants)
- Non/Pas maintenant : 61%

Compétences offertes

- Animation d'ateliers
- Témoignages et narration
- Compétences informatiques
- Organisation d'événements
- Comptabilité
- Écoute et soutien

10. RECOMMANDATIONS STRATÉGIQUES

Priorités immédiates

1. Développer l'offre d'ateliers en ligne (développement personnel, gestion du stress)
2. Créer des petits groupes de soutien spécialisés
3. Améliorer la communication par courriel/infolettres
4. Développer des ressources pour les régions éloignées

Développement à moyen terme

1. Programme de formation pour professionnels
2. Campagnes de sensibilisation ciblées
3. Partenariats avec autres organismes
4. Développement d'une plateforme de ressources en ligne

Actions de plaidoyer

1. Réduction des listes d'attente
2. Reconnaissance du rôle des pairs aidants
3. Amélioration du financement des services
4. Lutte contre la stigmatisation

CONCLUSION

Cette consultation révèle des besoins clairs : accessibilité accrue aux services, réduction de la stigmatisation, et développement d'activités de soutien adaptées. L'Association Vox Québec dispose d'une base de membres engagés prêts à contribuer à l'amélioration des services de santé mentale au Québec.

Date du rapport : 31 juillet 2025