



Mood Disorders Society of Canada
Société pour **les troubles de l'humeur** du Canada

**Mémoire de la STHU pour les consultations prébudgétaires
en prévision du budget 2026
Présenté par la Société pour les troubles de l'humeur du Canada**

Résumé des recommandations

Recommandation 1 : Que le gouvernement du Canada mette en place un volet de financement fédéral pluriannuel dédié pour renforcer la capacité des organismes communautaires de santé mentale dans l'ensemble du Canada.

Recommandation 2 : Que le gouvernement du Canada investisse 4,2 millions de dollars sur trois ans pour mettre en œuvre et étendre le Programme STRIDE Forward.

Recommandation 3 : Que le gouvernement du Canada intègre le soutien en santé mentale communautaire à la stratégie pour la santé des hommes.

La santé mentale au cœur de Bâtir un Canada plus fort et plus sain

Le Canada est confronté à une crise de la maladie mentale et de la consommation de substances qui met à rude épreuve les personnes, les communautés et notre système de santé. À l'âge de 40 ans, une personne sur deux a, ou aura eu, une maladie mentale¹².

Les effets de cette crise sont ressentis de manière aiguë par les groupes démographiques vulnérables. Le suicide est la deuxième cause de décès chez les jeunes et les jeunes adultes (de 15 à 34 ans)³, et 20 % des consultations des enfants et des adolescents aux services des urgences pour des troubles de santé mentale aboutissent à une hospitalisation⁴. Parmi les anciens combattants canadiens, 54 % souffriront d'au moins un trouble de santé mentale, notamment de dépression, d'ÉSPT ou d'anxiété⁵.

Au-delà du bilan humain, la crise liée aux maladies mentales est avant tout un problème économique. Les problèmes liés à une mauvaise santé mentale représentent un fardeau économique estimé à plus de 220 milliards de dollars par année au Canada, ce qui comprend les coûts des soins de santé et d'importantes pertes de productivité. Alors que 60 % des Canadiens font partie de la population active, environ 70 % d'entre eux indiquent que leur expérience professionnelle a une incidence directe sur leur santé mentale⁶. En tant que principale cause d'invalidité dans le pays, les troubles de santé mentale représentent 62 % des jours d'absence au travail, ce qui se traduit par une moyenne de 12 jours perdus par employé chaque année⁷.

Investir dans la santé mentale n'est plus seulement une priorité en matière de soins de santé; il s'agit d'une politique sociale et économique judicieuse. Des soins de santé mentale accessibles et abordables assurent la stabilité des personnes tout en renforçant l'ensemble des communautés, ce qui contribue à une main-d'œuvre plus solide et plus résiliente, et allège la pression qui pèse sur les filets de sécurité sociale du Canada.

Pour faire face à ces crises étroitement liées, le gouvernement du Canada a besoin de partenaires expérimentés et ancrés dans la communauté. Depuis plus de 20 ans, la Société pour les troubles de l'humeur du Canada (STHC) joue un rôle de premier plan à l'échelle nationale dans la promotion de la santé mentale, la défense des droits et la recherche. La STHC est créée et dirigée par des personnes ayant un savoir expérientiel passé et présent, ce qui garantit que nos programmes sont ancrés dans la réalité et bénéficient d'une grande confiance de la part des communautés que nous servons.

Ensemble, nous pouvons bâtir un Canada plus résilient, plus bienveillant et plus inclusif, où le savoir expérientiel passé est une source d'innovation et où chacun a la possibilité de s'épanouir.

Recommandations pour le gouvernement du Canada

Recommandation 1 :

Que le gouvernement du Canada mette en place un volet de financement fédéral pluriannuel dédié pour renforcer la capacité des organismes communautaires de santé mentale dans l'ensemble du Canada.

Le défi

Les maladies mentales coûtent au Canada plus de 220 milliards de dollars par année en soins de santé et en perte de productivité. Nos hôpitaux et nos salles d'urgence sont à bout de souffle, et les délais d'attente pour consulter un psychiatre ou un psychologue s'étendent souvent sur une année ou plus. Les organismes communautaires de santé mentale jouent un rôle de première ligne : ils offrent un soutien rapide et facilement accessible qui permet aux personnes de rester stables et d'éviter les situations de crise. Pourtant, ces organismes sont sous-financés et travaillent en vase clos, peinant à faire face à la demande. Un tiers des Canadiens affirment que leurs besoins en matière de santé mentale ne sont pas satisfaits, ce qui a de graves répercussions sur la participation au marché du travail et le bien-être de la communauté.

La solution

Nous recommandons au gouvernement du Canada d'investir dans un renforcement ciblé et pluriannuel des capacités des organismes communautaires de santé mentale. S'inspirant des modèles de financement fédéraux⁸ qui ont fait leurs preuves et qui ont permis de renforcer les capacités des organisations nationales de défense des femmes, ce volet dédié permettra au secteur de la santé mentale communautaire de :

- **Faire progresser le changement systémique** en soutenant la recherche, la défense des droits et les programmes fondés sur le savoir expérientiel passé qui s'attaquent aux inégalités en matière de santé mentale.
- **Renforcer la coordination sectorielle** grâce à des projets pancanadiens qui réduisent la fragmentation, partagent des outils éprouvés, allègent la pression sur les soins d'urgence et améliorent l'accès aux soins dans les zones rurales et mal desservies.
- **Favoriser la prospérité économique** grâce à des mesures de soutien accessibles qui réduisent l'absentéisme, maintiennent les Canadiens au travail et contribuent à la création d'une main-d'œuvre plus inclusive.

C'est une approche économique judicieuse : des personnes stables, des communautés plus solides, moins de pression sur le système.

Recommandation 2 :

Investir 4,2 millions de dollars sur trois ans pour mettre en œuvre et étendre le Programme STRIDE Forward⁹ afin d'aider les Canadiens vulnérables à trouver un emploi.

Le défi - Les crises interreliées de la maladie mentale, de la dépendance et du logement

Les stratégies actuelles de réinsertion dans la communauté comportent une « pièce manquante » essentielle : le développement approfondi des compétences professionnelles, associé à des partenariats à long terme avec les employeurs. Les données nationales confirment que 74 % des personnes en situation d'itinérance déclarent être atteintes de problèmes de santé mentale ou de consommation de substances, près de la moitié d'entre elles présentant les deux en même temps¹⁰. En l'absence d'interventions ciblées et structurées, ces personnes restent prises au piège dans un cycle entre les refuges, les services des urgences et le système judiciaire, ce qui représente un coût public colossal compris entre 66 000 à 120 000 dollars par personne et par année¹¹.

La solution - Le Programme STRIDE Forward

Pour combler cette lacune, le gouvernement fédéral devrait investir **4,2 millions de dollars sur trois ans** pour permettre à la STHC de lancer le Programme STRIDE Forward dans des communautés où les besoins sont importants, comme Moncton, au Nouveau-Brunswick, et Belleville, en Ontario. Ce programme à participation continue permettra à 360 Canadiens vulnérables d'acquérir les compétences nécessaires pour trouver un emploi durable et se réintégrer à la communauté.

STRIDE Forward est un programme intensif de huit semaines (35 heures par semaine) conçu pour les personnes confrontées à des problèmes de santé mentale, à une situation précaire en matière de logement et d'emploi, ainsi qu'au sevrage. Il propose un parcours structuré et adapté pour aider les participants à passer d'une situation de crise à un emploi stable ou à une participation communautaire, en mettant l'accent sur des domaines comme le rétablissement de la stabilité, la santé mentale et le soutien par les pairs, les compétences professionnelles et des relations professionnelles durables.

Un retour sur investissement élevé et une capacité organisationnelle éprouvée

Le Programme **STRIDE Forward** permet d'obtenir des résultats concrets pour un coût bien inférieur à celui des « aides d'urgence » destinées aux personnes sans domicile fixe. Forte d'une expérience éprouvée dans la mise en œuvre de programmes similaires ayant donné d'excellents résultats en matière d'emploi, la STHC est en mesure de déployer efficacement ce programme dans les communautés qui en ont le plus besoin.

STRIDE Forward s'appuie sur un modèle d'emploi éprouvé de la STHC qui a aidé des personnes à retrouver un emploi ou à reprendre leurs études partout au Canada. Les dirigeants de la STHC ont déjà mis en place et déployé ces programmes avec succès, ce qui nous a permis de nouer

des partenariats permettant de mettre les diplômés directement en relation avec des possibilités d'emploi. En finançant le Programme STRIDE Forward, le gouvernement peut donner l'élan indispensable pour permettre aux Canadiens vulnérables de s'épanouir et de devenir des membres productifs de la population active qui paient leurs impôts.

Recommandation 3 :

Que le gouvernement du Canada intègre le soutien en santé mentale communautaire à la stratégie pour la santé des hommes.

Le défi - L'isolement social et le refus d'aide chez les hommes

Malgré les taux élevés de maladies mentales au Canada, les hommes se heurtent à d'importants obstacles pour accéder aux soins. Une enquête menée par la Fondation pour la santé des hommes au Canada révèle que 50 % des hommes sont exposés à un risque d'isolement social et que 67 % d'entre eux n'ont jamais sollicité l'aide d'un professionnel de la santé mentale¹².

Les jeunes hommes âgés de 19 à 29 ans sont les plus touchés par cet isolement et cette réticence à demander de l'aide. La maladie mentale se manifestant souvent au début de l'âge adulte, cela constitue un facteur de vulnérabilité majeur, d'autant plus que les hommes représentent environ 75 % des 4 000 suicides recensés chaque année au Canada¹³. Même lorsqu'ils tentent de se faire aider, les longs délais d'attente et la complexité des démarches les empêchent d'obtenir une aide en temps opportun.

La solution - L'intervention menée par la communauté

Pour sensibiliser efficacement les hommes – en particulier les jeunes hommes qui peuvent être réticents à recourir aux soins cliniques traditionnels –, la stratégie du gouvernement fédéral pour la santé des hommes doit combiner un soutien ancré dans la communauté et des technologies innovantes.

Le gouvernement devrait :

- **Financer des projets communautaires collaboratifs** Soutenir les projets multirégionaux menés par des organismes communautaires spécialisés dans la mise en œuvre d'interventions faciles d'accès, fondées sur l'expérience des pairs et adaptées aux hommes.
- **Développer des outils numériques adaptés aux jeunes** Investir dans des outils numériques de santé mentale et d'accompagnement qui réduisent les temps d'attente, améliorent l'accessibilité et permettent aux hommes de solliciter de l'aide en toute confiance. La STHC est particulièrement bien placée pour soutenir cette stratégie grâce au déploiement de ressources fiables et sûres comme [MIRA](#), un outil d'aide à l'information sur la santé mentale basé sur l'intelligence artificielle. MIRA est un robot

conversationnel sophistiqué doté d'une intelligence artificielle et d'une base de données de ressources conçues spécialement pour aider les Canadiens à s'y retrouver dans le système fragmenté de la santé mentale et à lutter contre la désinformation généralisée en ligne. Depuis le 19 août 2025, MIRA a tenu 67 000 conversations et a fourni 43 000 ressources aux utilisateurs.

En s'associant à des organismes communautaires comme la STHC, le gouvernement peut mettre en place des mesures peu coûteuses, mais très efficaces. Cette approche contribue directement à améliorer considérablement l'efficacité du système, à alléger la charge pesant sur les soins de courte durée et à garantir aux hommes un accès facile à des ressources fiables.

Au sujet de la STHC

La STHC est un puissant porte-parole national pour les Canadiens touchés par la maladie mentale; elle joue un rôle unique en faisant le lien entre la recherche, l'innovation numérique et le savoir expérientiel passé, grâce à des partenariats à l'échelle du système avec les gouvernements et les organisations nationales. Nous avons fait nos preuves en mettant en œuvre des interventions peu coûteuses et à fort impact, comme notre outil de navigation basé sur l'intelligence artificielle, MIRA, la campagne de lutte contre la stigmatisation « Elle prend toute la place » et des programmes ciblés de soutien par les pairs destinés aux anciens combattants.

La STHC est un chef de file et un partenaire de confiance, prête à fournir des renseignements essentiels, à faire entendre la voix des communautés et à offrir des services innovants qui soutiennent directement les priorités fédérales en matière d'accessibilité, de prévention, de croissance économique et d'équité. En s'associant à la STHC, le gouvernement fédéral peut soutenir des solutions menées par les communautés qui allègent le fardeau pesant sur le système de santé et contribuent à bâtir un Canada plus sain et plus productif.

Références

- ¹ [Maladie mentale et dépendance : Faits et statistiques](#)
- ² [Troubles mentaux et troubles liés à l'utilisation de substances au Canada \(2025\)](#)
- ³ [Statistique Canada \(2024\), Le suicide au Canada](#)
- ⁴ [ICIS \(2024\), La santé mentale chez les enfants et les jeunes](#)
- ⁵ [Lifetime Prevalence and Comorbidity of Mental Disorders](#)
- ⁶ [Société canadienne de psychologie \(2024\), La santé mentale au travail.](#)
- ⁷ [Mental health claims in Canada surge by 132 percent since start of pandemic](#)
- ⁸ [Femmes et Égalité des genres Canada](#)
- ⁹ [Plan de mise en œuvre du Programme STRIDE Forward](#)
- ¹⁰ [Instantané de données sur l'itinérance : Santé mentale, consommation de substances et itinérance au Canada](#)
- ¹¹ [Pomeroy, S. \(2005\). The Cost of Homelessness: Analysis of Alternate Responses in Four Canadian Cities.](#)
- ¹² <https://fondationsantedeshommes.ca/presse/etude-2025-stress-depression-hommes-canadiens/>
- ¹³ [Données sur le suicide au Canada](#)