

# Des stratégies pour favoriser la santé mentale des personnes immigrantes francophones au Manitoba et en Saskatchewan

Sommet sur la santé des personnes immigrantes francophones pour  
l'Ouest et le Nord

Le 16 février 2023

Hélène Archambault et Danielle de Moissac

# Introduction

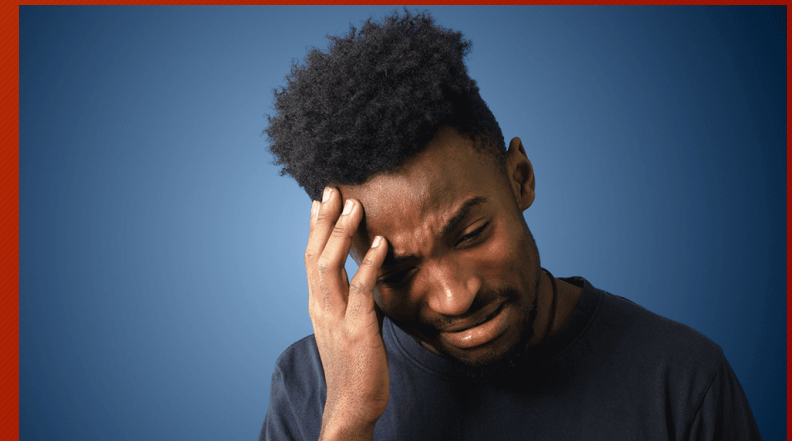
- Le Canada accueille régulièrement plus de 240 000 immigrants par an (1).
- À l'arrivée, ces personnes immigrantes sont généralement en bonne santé (2).
- Entre 6 à 24 mois après leur arrivée, des problèmes de santé émotionnelle et mentale s'installent chez certains (3).



# Obstacles à l'accès aux soins de santé

- Le manque de connaissances
  - de la langue majoritaire (anglais)
  - du système de santé (4)
- Les barrières culturelles et de communication (4, 5)

*Mais comment faire quand il s'agit d'un problème de santé mentale?*



# Objectifs de l'étude

## Identifier les stratégies informelles

- utilisées par les immigrants francophones du Manitoba et de la Saskatchewan pour répondre à leurs besoins en matière de santé mentale pour pallier aux services de santé mentale formels
- qui ont été bénéfiques à leur intégration, leur bien-être psychologique et leur qualité de vie

# Méthodologie

- Formation d'un comité consultatif
- Approbation éthique du Comité d'éthique de la recherche de l'Université de Saint-Boniface et consentement des participants
- Des entrevues individuelles semi-dirigées (nb=40) sur les thématiques suivantes:
  - 1) l'expérience de vie et le soutien émotionnel;
  - 2) la connaissance des services d'appui émotionnel en français;
  - 3) les stratégies nécessaires pour améliorer ces services.

# Résultats - profil des participants

Caractéristiques	Winnipeg n=20 n (%)	Saskatchewan n=20 n (%)
Utilisateur des services d'appui	14 (74)	6 (50)
Membre de famille d'utilisateur des services	5 (26)	6 (50)
Âge – étendue (moyenne)	27 – 65 (43,6)	33 – 60 (45,3)
Sexe - homme	11 (55)	13 (65)
État civil - marié	17 (85)	12 (60)
Avoir des enfants	19 (95)	14 (70)
Nombre d'enfants parmi ceux qui ont des enfants – étendue (moyenne)	1 – 6 (3,1)	1 – 5 (3,0)
Nombre de personnes qui vivent dans la même demeure – étendue (moyenne)	2 – 8 (5,0)	1 – 7 (4,1)

# Résultats - profil des participants

Caractéristiques	Winnipeg n=20 n (%)	Saskatchewan n=20 n (%)
Pays d'origine		
Pays d'Afrique centrale	11 (55)	6 (30)
Pays d'Afrique de l'Est	3 (15)	5 (25)
Pays de l'Afrique de l'Ouest	4 (20)	6 (30)
Être présentement aux études post-secondaire	8 (40)	3 (16)
Niveau haut d'étude (diplôme universitaire 1 <sup>e</sup> , 2 <sup>e</sup> ou 3 <sup>e</sup> cycle)	14 (70)	16 (80)
Avoir présentement un emploi	13 (65)	16 (80)
Revenu familial annuel		
Moins que 40 000\$	16 (89)	4 (21)
Entre 40 000\$ et 80 000\$	2 (11)	10 (53)
Plus de 80 000\$	0 (0)	5 (26)

# Résultats - profil des participants

Caractéristiques	Winnipeg n=20 n (%)	Saskatchewan n=20 n (%)
Statut		
Immigrant	11 (55)	14 (70)
Réfugié	8 (40)	4 (20)
Autre	1 (5)	2 (10)
Connaissance de l'anglais		
Très bonne	6 (30)	9 (45)
Modérée	12 (60)	9 (45)
Suffisante	0 (0)	2 (10)
Faible	2 (10)	0 (0)



# Résultats -Stratégies générales

- **Accueil:**

*« la manière d'aborder ou de parler avec eux, et qu'ils se sentent plus accueillis, facilitera en fait les choses. »*  
(SK1)

- **Confiance:**

*« Il faudra mettre les gens en confiance, c'est tout. »*  
(WP12)

- **Sensibilité aux différences culturelles:**

*« Nous avons des cultures différentes, et pour venir ici, ce n'est facile de connaître la culture-là, canadienne. Si les services pouvaient vraiment essayer de considérer aussi la culture de nouveaux qui arrivent. »* (WP1)

Établir une relation de confiance grâce à un accueil qui considère la culture et l'expérience migratoire du nouvel arrivant

# Résultats -Stratégies préparatoires avant et à l'arrivée

## Bien se préparer

*« On doit informer les gens avant qu'ils n'arrivent ici [...] expliquer aux gens ce qui ils vont faire face ici bien avant qu'ils arrivent au Canada. »*  
(WP16)

**Faire le pont entre les services offerts aux nouveaux arrivants et la communauté immigrante**

*« Faire le lien entre les gens et les différents services. C'est comme ça qu'on pourrait améliorer [nos conditions de vie]. »* (WP 10)

# Résultats -stratégies préparatoires avant et à l'arrivée

## Être bien informé

Dépliants à l'aéroport, livré porte en porte ou par les associations communautaires, groupes religieux ou organisations d'aide aux immigrants

## Prise en charge

Individuelle, puis en groupe

## Connaître les lieux de rencontre

Ex: centres communautaires, qui offrent ressources (bonnes informations), témoignages, occasion de faire des amis et de partager notre vécu

## Visibilité des services

Offre active des services en français

# Résultats - Stratégies associées à l'intégration à court et moyen terme

- Répondre aux besoins tangibles
  - Emploi (en français): stages, création de nouvelles entreprises
    - « La personne change une fois qu'elle trouve un emploi stable. Il y a beaucoup de poids-là qui s'enlèvent de ses épaules. » (WP10)
- Promotion des services disponibles en français
  - Trousse d'information remise à la personne immigrante
  - Répertoire des services
  - Guichet unique pour services en français (aiguillage vers services d'intégration, de soutien social et d'appui émotionnel)
- Collaboration entre organismes communautaires et agences francophones et anglophones (SK)
- Centre de santé communautaire pour soins en santé mentale (SK)

# Comment favoriser le recours aux services formels? - La collaboration

Que les services formels collaborent avec les organismes communautaire, avec l'appui des autorités religieuses et des leaders communautaires

*« Peut-être aller beaucoup plus vers les gens aussi, ne pas attendre que les gens viennent à eux » (WP 11) et « C'est d'aller dans les coins où ils [les immigrants] se trouvent. » (SK1)*

*« Rapprocher les services ... dans les communautés; ça, ce serait vraiment très, très bien et ça peut changer non seulement la mentalité des gens mais ça peut changer aussi les communautés » (WP1) et « J'accorderai la priorité aux services communautaires parce que c'est eux qui sont en contact direct avec ceux qui arrivent. » (SK20)*

# Comment favoriser le recours aux services formels? - Accueil et réseautage

*« la première chose, ce serait d'être accueilli dans un groupe où tu te retrouves, alors une fois que tu te retrouves dans un groupe et que tu as été vraiment bien entouré par ce gens-là tu évites même ce problème de dépression. Alors tu n'auras même pas besoin d'aller voir le psychologue au final. » (SK17)*

Ainsi, le partage d'informations mettra à profit ce « *réseau de communication.* » (WP19)

# Comment favoriser le recours aux services formels? - L'appui des instances religieuses

*« Dans ma communauté les gens ont la honte d'aller chercher de l'aide dans tout ce que vous parlez de bureau des agences, mais ils sont plus confortables dans le côté spirituel. Je ne parle pas seulement des églises, je parle des mosquées, je parle de tout ce qui est pratique religieuse. » (WP17)*

Un atelier offert suite à la célébration dominicale pourrait être une stratégie gagnante : *« Déjà vous venez à l'église; après l'église maintenant, il dit : « OK, maintenant on a un workshop » par exemple. [...] c'est l'église qui les a invitées [...]. Et puis on va essayer de voir de rester au moins chaque dimanche pendant une heure pour apprendre. » (WP17)*

Ce même participant constate que c'est en participant aux divers séminaires offerts au sein de son église, qu'il a pu s'intégrer à la communauté.

# Comment favoriser le recours aux services formels?

## - L'appui des leaders communautaires

*« les leaders, même les représentants, même [...] les gens-là qui ont l'influence dans les communautés. »*  
(WP1)

*« Il faut que ces gens soient préparés et maintenant ils peuvent amener le message dans leur communauté. Je pense que ça c'est vraiment une des stratégies très très significatives que nous pouvons utiliser. C'est de voir que la même personne qui parle ta langue, et puis elle t'amène une information. Je pense que les gens auront plus la confiance à cette personne que d'autres personnes. »* (WP17)



# Conclusion

- Offrir des services de soutien informels dans la communauté pour mieux rejoindre les personnes immigrantes dans leur milieu
- Créer des espaces de paroles dans la communauté
- Considérer les témoignages, les partages d'expériences permettant aux personnes immigrantes d'apprendre l'un de l'autre

Questions???

*Merci!*

# Références

1. Citizenship and Immigration Canada. Annual report to parliament on immigration. 2003. <http://www.cic.gc.ca/english/resources/publications/annual-report-2013/index.asp>.
2. McDonald JT, Kennedy S. Insights into the 'healthy immigrant effect': health status and health service use of immigrants to Canada. *Soc Sci Med*. 2004;59:1613-27.
3. Ng E, Wilkins R, Gendron F, Berthelot J-M. Dynamics of immigrants health in Canada: evidence from the National Population Health Survey. *Healthy today, healthy tomorrow? Findings from the National Population Health Survey*. 2005.
4. Ahmed S. et coll. (2016) Barriers to Access of Primary Healthcare by Immigrant Populations in Canada: A Literature Review, *J. Immigrant Minority Health*, 18:1522-1540.
5. Brisset C, Leanza Y, Rosenberg E, et al. Language barriers in mental health care: a survey of primary care practitioners. *J Immigr Minor Health*. 2014;16(6):1238-1246.