Le boulet de la crise du logement

Rapport du coup de sonde exploratoire sur les liens entre crise du logement et la détresse chez les membres des ressources alternatives

Printemps 2024

À l'hiver 2024, le Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec (RRASMQ) a lancé un coup de sonde auprès de ses 90 ressources membres, visant à dresser un portrait des réalités multiples du logement chez leurs membres et équipes.

35 ressources membres du RRASMQ ont répondu à ce coup de sonde en l'espace de quelques semaines, parfois en convoquant des dizaines de leurs membres à la discussion. Les témoignages qui en ressortent donnent à voir comment la crise du logement vient fragiliser des personnes qui travaillent très très fort pour reprendre leur envol. Pourquoi tolérer, comme société, un tel boulet sur la patte de celles et ceux qui vivent déjà tant d'obstacles?

La Mission du RRASMQ

Regrouper les ressources alternatives en santé mentale et les soutenir dans leur mission d'organismes communautaires autonomes tout en faisant la promotion de la philosophie alternative en santé mentale et en valorisant des pratiques alternatives diversifiées.

Un portrait des ressources ayant répondu au Coup de sonde

Les ressources ayant répondu proviennent des régions suivantes, par ordre du nombre de répondants : Montréal (n=8), Montérégie (n=6), Laurentides (n=4), Chaudières-Appalaches (n=3), Estrie (n=3), Gaspésie (n=3), Bas-St-Laurent (n=2), Lanaudière (n=2), Abitibi-Témiscamingue (n=2), Centre-du-Québec (n=1) et Côte-Nord (n=1).

Ces groupes sont principalement des groupes d'entraide, mais également des ressources offrant de l'accompagnement thérapeutique, des milieux de vie, de l'hébergement, de l'aide au logement ou du logement social, de l'insertion socioprofessionnelle, etc.

Le boulet de la crise du logement

Principaux constats

Le coup de sonde, ayant réuni résultats qualitatifs et quelques statistiques, nous laisse à voir que la crise du logement impacte les Québecois.es de partout. La préoccupation est forte chez nos membres, que ce soit dans la grande ville ou dans les villes et villages de toutes les régions : les locataires vivent un stress élevé, et ont peur de l'avenir. On y apprend aussi que….

La crise du logement prend différentes formes, et impacte la santé mentale.

« Les membres vivent toutes sortes de situations délicates dans leurs logements face auxquels ils ne savent pas trop comment trouver d'issus en raison de la crise: logement trop cher mais pas possible de trouver moins cher, fumée secondaire des voisins, augmentation du loyer tous les ans, logements très bruyants, logements insalubres, ex-conjoint ne pouvant trouver son propre logement, attente de logements sociaux… »
Témoignage de Prise II, Montréal

- 50% des répondant·es ont indiqué que la détresse des membres a augmenté, en lien avec le logement
- Les effets sur la santé mentale qui sont nommés: montée de l'anxiété, dépression, insomnie, colère, peur, idées suicidaires, sentiment d'isolement.
- 43% des répondant·es ont indiqué que les membres se voient forcés d'accepter des conditions pénibles de logement pour pouvoir se loger (loyer trop cher, abandonner un animal représentant un support, etc.)
- 12% des répondant·es ont indiqué que les équipes peinent à se loger, faute d'un salaire suffisant suivant le coût des loyers.
- La peur de l'éviction est très présente
- Plusieurs ressources nomment le fait que des personnes se voient forcées de rester dans une relation violente, faute d'accès au logement.
- Les ressources qui développent du logement se butent aux difficultés des programmes existants, et soulignent l'importance du logement social pour donner accès à du logement sans discrimination.
- Les enjeux de logement limitent la capacité de certaines personnes de mener une démarche thérapeutique, puisqu'elles doivent gérer les urgences et la survie, plutôt que prendre soin d'elle.

Un parcours empreint de discrimination et de stigmatisation

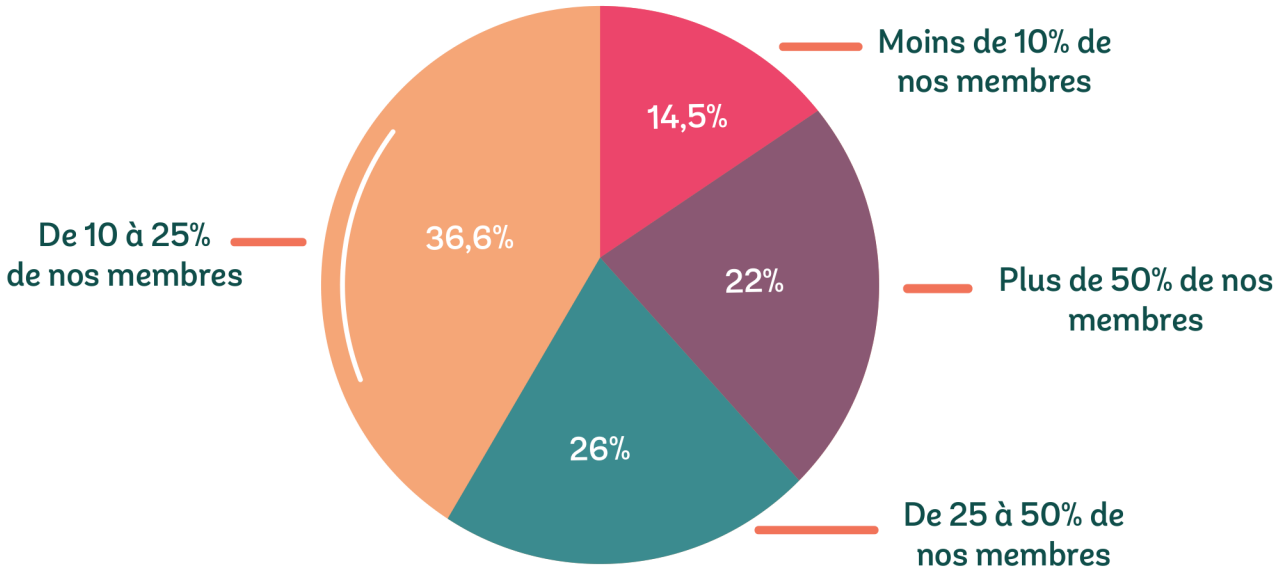
- Les personnes ayant vécu un parcours en psychiatrie ou un séjour prolongé à l'hôpital sont plus à risque de vivre de la stigmatisation et des préjugés tenaces menant à des discriminations dans l'exercice de leur droit au logement.
- Une ressource de Montréal témoigne: «Il y a des patients qui attendent des années avant de sortir de l'hôpital. On se retrouve avec des hommes et des femmes qui attendent et développent d'autres troubles ou rechutent.»
- Faute de logement disponible, les personnes doivent changer de ville ou de village, perdant du même coup un soutien social qui leur est essentiel. Dans certains cas, des ressources nous confient qu'elles doivent préparer leurs membres à l'itinérance.

« Beaucoup de personne vivent dans des chambres de motel insalubres qui coûtent maintenant 800$ et plus par mois ! Beaucoup de personnes en détresse vivent dans ces motel, où il y a bcp de consommation, violence et abus. »

Témoignage de L'Envolée RASM, Laurentides

Le boulet de la crise du logement

La proportion des membres des ressources qui vivent des difficultés de logement



Une grande partie des membres de nos ressources sont en situation de pauvreté, et vivent de plein fouet les impacts de la crise du logement. Ils doivent composer avec des logements vétustes, inadaptés, insalubres, infestés, bruyants, surpeuplés : rien qui aide à maintenir une bonne santé mentale. Selon le coup de sonde mené à l'hiver 2024, les problèmes de logement préoccupent les membres, et occupent les équipes qui les soutiennent.

Les ressources alternatives mettent du leur!

- Elle participent à des espaces de concertation ou à des mobilisations pour améliorer le logement.
- Elle collaborent avec le comité logement ou l'association de locataires du coin.
- Elles offrent des ateliers sur les droits des locataires.
- Elles accompagnent des personnes au TAL ou dans la recherche de logement.
- Elles offrent des hébergements.
- Elles participent à la mise en place de projet de logements sociaux.

Les membres « ne vont pas bien. Ils ont peur, ils ne savent pas quoi faire et cela les stresse. Il y a une augmentation au niveau de leur détresse et leurs besoins qui ne sont pas répondus. » Témoignage du Vaisseau d'or (des Moulins) Terrebonne

Le boulet de la crise du logement, un boulet pour la santé mentale…

« les personnes vivant des difficultés psychologiques font face à des situations contraignantes, des abus (voire même des violences) ou se ruinent le plus souvent à rester dans des logements insalubres et non sécuritaires. »

Témoignage de Club Ami, Montréal

« Rester dans un logement malgré les souris, rats, donc problème respiratoire, augmentation des crises. »

Témoignage du Vaisseau d'or (des Moulins) Terrebonne

« j'ai été obligé de vivre à 4 dans un 3 et demi et c'était, encore là, difficile d'arriver à la fin du mois malgré que tout le monde travaillait, je vivais dans le salon sur un futon près de la porte patio et j'avais froid dans la nuit, c'était horrible, je dormais mal ». »
Témoignage du Phare source d'entraide, Estrie

En conclusion

Bien que ce coup de sonde ne permet pas d'extraire des données exhaustives à l'échelle du Québec, il ajoute aux données récoltées chaque année par le FRAPRU, le RCLALQ et des équipes de recherche dédiées à faire connaître et entendre les réalités du mal-logement.

En juin dernier, nous indiquions, dans un mémoire déposé dans le cadre des consultations gouvernementales sur le prochain PAGIEPS, que «Si on compare ce groupe à la population générale, les personnes vivant avec un problème de santé mentale se retrouvent plus souvent sans logement ou dans des conditions d'insalubrité. Les logements abordables et salubres se font rares, et la discrimination est grande.»

Le logement, c'est un des déterminants essentiels d'une bonne santé mentale, et il est impératif que le gouvernement du Québec se saisisse de cet enjeu pour s'assurer du respect du droit au logement de TOUS les Québécois et TOUTES les Québécoises. On ne règlera pas la crise du logement avec des antidépresseurs, des anxiolytiques ou de l'accompagnement psychosocial pour les personnes évincées ou ayant perdu leur logement. C'est la défense des droits des locataires et la construction de logements sociaux qui mettront fin à cette crise.

Rédaction: Anne-Marie Boucher, RRASMQ
Recherche: Dominic Dubois, RRASMQ
Orientation : comité le Politique
Illustration : Clément de Gaulejac
Merci à toutes les ressources ayant participé au coup de sonde 2024! RRASMQ, mai 2024.

«anxieté+++++++++
+++++++++++++++++
+ ». »

Témoignage de La Licorne, Laurentides

« Les gens ayant une santé mentale instable se retrouvent dans la rue et le chemin est long et ardu pour un retour en logement»

Témoignage de la TROCASMAT et du Repère, Abitibi-Témiscamingue /Val-d'Or