



TRANSFORMER LA SANTÉ MENTALE DANS LES RÉGIONS RURALES ET ÉLOIGNÉES DU CANADA

Les difficultés en matière de santé mentale sont bien réelles dans les régions rurales et éloignées du Canada. Et pourtant, les services sont limités. Si vous souhaitez comprendre les défis à ce sujet, consultez notre fiche d'information [Le lieu de résidence est déterminant](#). En ce qui concerne les solutions, l'ACSM a organisé des forums communautaires dans tout le pays et a appris ce qui ferait la différence, ainsi que les innovations déjà en cours. Voici ce que nous avons découvert.

UN TOIT POUR TOUS ET TOUTES

Les vraies solutions incluent l'augmentation du nombre de logements avec permanents services de soutien permanents, de refuges de transition et d'urgence liés aux mesures de soutien axés sur la santé mentale et l'aide sociale, et d'options de logements abordables, notamment des subventions. Dans le même temps, nous avons besoin de sensibiliser le public pour lui faire prendre conscience de la manière dont les traumatismes, la pauvreté, le racisme et le colonialisme mènent à l'itinérance afin de garantir que tout le monde soit logé et de promouvoir de meilleures méthodes de collaboration.

- Le [Rural Development Network de l'Alberta](#) s'efforce de mettre fin à l'itinérance rurale par l'éducation, des plans d'action, la défense de droits et d'autres initiatives. Il distribue également les fonds du programme « Vers un chez-soi » du gouvernement du Canada aux communautés, y compris aux Premières Nations et aux établissements métis.
- Minimaisons : Le complexe de logements avec services de soutien de la Changing Horses NFP Society, dirigée par des personnes autochtones, est en cours de construction et permettra de lutter contre l'itinérance dans la Tribu des Blood de Moses Lake, en Alberta.
- « [Landlords Working to End Homelessness](#) » (LWEH) trouve des logements permanents et sécuritaires pour les personnes vulnérables à Whitehorse, au Yukon, rend visite aux locataires chaque semaine et aide à résoudre les conflits avec les propriétaires.



DES SOINS À PORTÉE DE MAIN

Les services virtuels, comme la télémédecine et les services virtuels de santé mentale et de traitement des dépendances, peuvent transformer l'accès aux soins, en les amenant dans les foyers ruraux et éloignés. De nombreuses filiales de l'ACSM proposent des services virtuels en matière de santé mentale et de lutte contre les dépendances, ainsi que de la pair-aidance et des cours en ligne du Recovery College. Toutefois, le développement des services virtuels ne peut pas remplacer les services en personne. Les cliniques mobiles, par exemple dans des véhicules récréatifs réaménagés, font de la sensibilisation

et amènent les prestataires de soins directement dans les régions rurales. Le modèle par navette permet aux prestataires de soins de santé des régions plus peuplées de se rendre dans les endroits éloignés. Bien que cela puisse

contribuer à l'accessibilité des soins, cela ne garantit pas des services uniformes et adaptés à la culture. Une solution consiste à former des personnes au sein de la communauté pour qu'elles puissent fournir des services de santé mentale au niveau local.

- Le gouvernement du Nunavut forme des auxiliaires inuits et inuites pour offrir des services de santé mentale culturellement adaptés dans ses communautés.
- Au Manitoba, [Prairie Mountain Health](#) dispose d'une clinique mobile de traitement des dépendances qui offre un accès rapide à la médecine de la dépendance aux Premières Nations Wuskwi Siphik, Russell et Virden.
- [Agriculture et bien-être Ontario](#) est un ensemble de programmes gratuits visant à améliorer la santé

mentale et le bien-être dans les communautés agricoles de l'Ontario. Ces programmes sont offerts par la division ontarienne de l'ACSM et ses partenaires. Les programmes d'Agriculture et bien-être Ontario comprennent l'[Initiative pour le bien-être des agriculteurs.trices](#), un service de counseling individuel gratuit; le [Réseau en renfort](#), un réseau de bénévoles pour la prévention du suicide; et [En toute connaissance](#), une formation sur la littératie en santé mentale adaptée à la communauté agricole.

- Le [Safe Works Access Program](#) de Terre-Neuve-et-Labrador sensibilise les personnes qui consomment des substances et distribue des trousse de naloxone et du matériel stérile dans toute la province par livraison, par courrier et dans les pharmacies.
- L'[unité de mieux-être spirituel et mental](#) du centre de santé Natsékhi Kù de la Première Nation de Kwanlin Dün propose des programmes axés sur la terre aux familles des Premières Nations du Yukon au camp de guérison de Jackson Lake.

ALLER LÀ OÙ SE TROUVENT LES SOINS

Les transports en commun et les navettes sur demande pourraient aider les gens à accéder aux soins dans d'autres communautés. Cependant, arriver à destination n'est que la première étape; les personnes ont besoin d'un lieu d'hébergement pour bénéficier d'un traitement et de services. Les subventions en matière de logement et de garde d'enfants contribueraient à lever cet obstacle.

- Le [Fonds pour les solutions de transport en commun en milieu rural](#) soutient des solutions de transport local qui aident les gens des communautés rurales, éloignées, autochtones et nordiques à mener leurs activités quotidiennes, comme obtenir des services, rendre visite à des proches ainsi que se rendre au travail, à l'école ou à des rendez-vous médicaux.

FAIRE PASSER LE MESSAGE

Les personnes vivant dans les communautés rurales ne peuvent pas obtenir de soutien si elles n'en connaissent pas l'existence. Par conséquent, il faut promouvoir les services lorsqu'ils existent. Parmi les solutions créatives, citons l'affichage de codes QR indiquant les ressources en matière de santé mentale et de traitement des dépendances dans les magasins et les stations-service.

- La [trousse à outils sur le mieux-être mental en milieu rural](#) a été créée pour sensibiliser les gens à la santé mentale, aider les membres des communautés rurales à ressentir moins de solitude face à leurs problèmes de santé mentale et fournir des informations sur les moyens d'obtenir du soutien.

Ces personnes peuvent également bénéficier de ressources nationales conçues pour répondre à leurs

besoins, quel que soit l'endroit où elles vivent. Ces ressources doivent être diffusées au niveau local.

- L'application du [National Overdose Response Service \(NORS\)](#) est un site virtuel (en anglais seulement) de consommation sécuritaire, disponible en tout temps à quiconque en a besoin au Canada.
- La ligne d'aide en cas de crise de suicide 9-8-8 est toujours disponible pour apporter un soutien à toute personne canadienne.



TRAVAILLER ENSEMBLE POUR DE MEILLEURS SOINS

Les soins de santé mentale dans les communautés rurales et éloignées s'améliorent lorsque les prestataires de soins de santé travaillent ensemble. Les centres de mieux-être le font exceptionnellement bien. Ces centres de services centralisés rassemblent les soins de santé et les services sociaux en un seul lieu afin de fournir des soins complets. Une autre solution consiste à mettre en relation des psychiatres urbains et urbaines avec des médecins de premier recours dans les communautés rurales afin d'améliorer l'accès aux soins psychiatriques.

- L'[Innusirvik Community Wellness Hub](#), à Iqaluit, au Nunavut, associe des programmes axés sur la terre à des services de prévention du suicide et de counseling aux personnes inuites.
- Les [Rural Urgent Doctors in-aid \(RUDi\)](#) en Colombie-Britannique sont des médecins ayant une expérience en médecine d'urgence et en milieu rural. Ils sont

disponibles 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7 par Zoom et par téléphone pour aider les prestataires de soins de santé ruraux qui ont besoin d'aide avec un patient ou une patiente.

UNE MAIN-D'ŒUVRE ROBUSTE

Il est essentiel d'amener les bons prestataires de soins dans les régions rurales et de les garder dans ces régions pour contribuer à la santé mentale en milieu rural et éloigné. Des salaires attractifs, d'excellents avantages sociaux et de bonnes conditions de travail peuvent y contribuer. Offrir les soins adéquats signifie également que les prestataires de soins sont formés et disposent de ce dont ils ont besoin pour fournir des soins culturellement appropriés dans les langues parlées par les communautés locales.

En outre, lorsque les ressources en soins de santé mentale sont rares, les communautés rurales et éloignées peuvent former et employer des personnes locales pour offrir un soutien en matière de santé psychologique.

- [Le Rural Mental Health Project](#) (projet de santé mentale en milieu rural) de la division albertaine de l'ACSM forme les gens à mener des conversations significatives sur la santé mentale et le bien-être. La formation est gratuite et les subventions du projet financent des projets ruraux axés sur la santé mentale et le bien-être.
- [La formation de base à la pair-aidance pour les communautés rurales et agricoles](#) enseigne les personnes ayant des problèmes de santé mentale à créer des groupes de pair-aidance dans leurs communautés rurales et agricoles.

<https://commissionsantementale.ca/resource/la-sante-mentale-dans-les-communautes-rurales-et-eloignees-du-canada-resume-des-donnees-probantes-sur-les-pratiques-exemplaires-et-prometteuses/>

<https://bcruralhealth.org/>



Nous tenons à remercier West Fraser et à lui exprimer notre gratitude pour le financement de ce projet. Ce travail a été rendu possible grâce à son engagement en faveur du bien-être des personnes qui vivent et travaillent dans les régions rurales et éloignées.