



# Soutenir les parents dans une période charnière de leur vie : un investissement essentiel pour l'avenir

Mémoire prébudgétaire 2025-2026  
présenté au ministre des Finances du Québec

cc : ministre de la Santé, ministre responsable des Services sociaux,  
ministre de la Famille

16 décembre 2024



## Introduction

### La périnatalité : une période charnière

La périnatalité, qui s'étend de la grossesse jusqu'à la deuxième année de vie de l'enfant, représente une période de transition et de vulnérabilité unique pour les familles. Selon Hamelin-Brabant et al. (2013) : « La période périnatale comporte des dimensions biologiques, psychologiques, sociales et cognitives et de nombreux besoins qui conduisent à une situation complexe de vulnérabilité lorsqu'ils ne sont pas comblés. »<sup>1</sup>

Cette période de grande fragilité pour les parents coïncide avec un moment décisif dans le développement de l'enfant. Les bases de son développement affectif, cognitif et social se construisent en grande partie durant ces premières années, influencées par la qualité des interactions avec ses parents, le soutien qu'ils reçoivent et les conditions de vie familiales. Ainsi, la capacité des parents à répondre aux besoins de leur enfant, tout en naviguant à travers les défis de cette transition, est essentielle pour créer un environnement favorable au développement de leur plein potentiel.

En renforçant le soutien précoce aux parents, dès la grossesse, notamment en les préparant à leur rôle et en les aidant à relever les défis d'adaptation que cette transition représente, il est possible d'agir en prévention des difficultés et de favoriser le bien-être de toute la famille. Le soutien parental représente d'ailleurs une des stratégies mises de l'avant dans le rapport de la Commission spéciale sur les droits des enfants et la protection de la jeunesse (2021)<sup>2</sup> pour prévenir la maltraitance.

C'est dans cette perspective que le Réseau des Centres de ressources périnatales du Québec soumet ce mémoire au ministre des Finances, dans le cadre des consultations prébudgétaires qui mèneront à la présentation du Budget 2025-2026. Nous y présentons des recommandations concrètes visant à renforcer les investissements dans le soutien périnatal aux familles québécoises, une action qui constitue non seulement un geste de prévention, mais aussi un levier économique et social majeur pour le Québec.

## 1. À propos

### 1.1 Le Réseau des Centres de ressources périnatales du Québec (RCRPQ)

Fondé en 1999, le Réseau des Centres de ressources périnatales du Québec (RCRPQ) est le seul réseau national dédié à la périnatalité. Regroupant 31 Centres de ressources périnatales (CRP) répartis dans 16 régions du Québec, il mobilise, soutient et porte la voix de ces acteurs essentiels auprès des futurs et nouveaux parents. En octobre dernier, le RCRPQ a reçu un certificat d'honneur des mains de la ministre de la Famille, Mme Suzanne Roy, pour ses 25 ans d'engagement envers les familles québécoises.

Le RCRPQ joue un rôle clé en favorisant le partage de bonnes pratiques et en développant des outils et des formations adaptés pour les CRP. Sur la scène nationale, le RCRPQ agit comme porte-parole des CRP pour défendre les intérêts des familles et influencer les décideurs sur les enjeux qui touchent la périnatalité. Par ses prises de position dans les

---

<sup>1</sup> Hamelin-Brabant, L., de Montigny, F., Roch, G., Deshaies, M.-H., Mbourou Azizah, G., Bourque Bouliane, M., Borgès Da Silva, R., & Comeau, Y. (2013). Vulnérabilité périnatale et soutien social en période postnatale : une recension des écrits. Rapport de recherche volet 1. D'un regard sur la vulnérabilité périnatale à une évaluation des services de « relevailles » offerts par les centres de ressources périnatales (CRP) du Québec. Québec, Canada : Centre de recherche du CHU de Québec.

<sup>2</sup> Commission spéciale sur les droits des enfants et la protection de la jeunesse (CSDEPJ). (2021). *Instaurer une société bienveillante pour nos enfants et nos jeunes : rapport de la Commission spéciale sur les droits des enfants et la protection de la jeunesse*. Québec, 552 p.

médias et sa participation active à des espaces de concertation, il brise les silos et rassemble les forces vives de divers secteurs pour créer des actions concrètes. Ce travail concerté vise à améliorer les conditions de vie des familles, particulièrement durant cette période cruciale qu'est la périnatalité.

**« Le RCRPQ est un allié de premier plan pour le Regroupement pour la Valorisation de la Paternité (RVP), puisqu'il lui permet de rejoindre l'ensemble des CRP afin de réaliser des actions nationales structurantes telles que ses récents grands projets portant sur la prévention de la violence conjugale, la coparentalité et la proche aidance. Le RCRPQ est aussi un allié stratégique incontournable dans les actions de plaidoyer du RVP visant à favoriser l'intégration des réalités paternelles et coparentales en période périnatale. »**

- Raymond Villeneuve, directeur général du  
Regroupement pour la Valorisation de la Paternité (RVP)

## **1.2 Les Centres de ressources périnatales (CRP)**

Les 31 CRP répartis dans 16 régions du Québec sont des organismes communautaires spécialisés en périnatalité. Leur mission est d'accompagner les futurs et nouveaux parents dès la grossesse et tout au long des deux premières années de vie de leur enfant.

En 2023-2024, les CRP ont accompagné plus de 20 000 parents d'un nouveau-né, grâce à une équipe de plus de 300 professionnelles et professionnels qualifiés, issus de divers domaines tels que la petite enfance, les soins infirmiers, le travail social, et l'accompagnement à la naissance.

Les CRP offrent une vaste gamme de services, incluant du soutien à domicile (relevailles), des rencontres prénatales, des ateliers de stimulation pour bébé, du soutien en allaitement, et des groupes d'entraide pour les parents vivant des défis comme un deuil périnatal ou un post-partum difficile. Largement complémentaires aux services du réseau de la santé et des services sociaux, et parfois en partenariat avec ce dernier, ces actions visent à prévenir les difficultés, promouvoir le bien-être familial et renforcer les capacités parentales.

## **2. Les services des CRP**

### **2.1 Les relevailles : une aide à domicile personnalisée**

Les CRP offrent tous un service de relevailles, qui consiste en un soutien à domicile offert dans les semaines suivant l'accouchement et parfois même en cours de grossesse, qui s'adapte aux besoins du moment de chaque famille.

Le service est offert par une assistante périnatale qui se déplace au domicile des familles pour leur offrir un soutien répondant à leurs besoins. En général, les visites sont d'une durée de 3 heures par semaine. Le nombre de visites peut varier selon le besoin de la famille et la disponibilité des ressources du CRP.

L'assistante périnatale peut prendre soin du bébé ou des autres enfants pour permettre un répit aux parents, accomplir certaines tâches domestiques légères, préparer des collations et des repas, en plus d'être une oreille attentive et une source précieuse de conseils et d'encouragement. Elle peut également référer aux ressources du milieu au besoin.

Les multiples retombés des services de relevailles et ses effets protecteurs auprès des familles, notamment les plus vulnérables, ont été mises en évidence dans un projet de recherche<sup>3</sup>. Près de la moitié des CRP mentionnent d'ailleurs avoir une liste d'attente en permanence pour ce service, signe que les relevailles sont appréciées des familles chez qui elles font une grande différence.

---

*En 2023-2024, les 31 CRP ont offert **38 137 heures de relevailles à 1759 familles.***

---

*« C'est la deuxième fois que j'ai la chance de bénéficier du soutien d'une assistante périnatale à domicile pendant mon congé de maternité. Étant au Canada loin de ma famille (France) et de ma belle-famille (Mexique), cette présence a été plus qu'indispensable. Non seulement une aide importante pour le repos physique et mental, mais aussi essentielle pour le partage des moments difficiles et les bons conseils. »*

- Une maman qui a utilisé le service de relevailles chez Relevailles Québec

## 2.2 Les groupes de soutien et prévention de la dépression post-partum

En 2019, Statistique Canada a révélé que près d'une mère canadienne sur quatre ayant accouché récemment (23 %) a déclaré avoir ressenti des symptômes correspondants à ceux de la dépression post-partum ou des troubles anxieux.<sup>4</sup> Il est de plus en plus reconnu que les pères peuvent également être affectés par des problèmes de santé mentale liés à la transition vers la parentalité.

Dans le contexte où les listes d'attente en psychothérapie sont longues, les organismes communautaires permettent aux parents qui vivent des symptômes d'anxiété et de dépression de briser l'isolement et d'obtenir de l'écoute et du soutien rapidement. De nombreux CRP proposent des groupes d'entraide en prévention et en soutien de la dépression post-partum pour les mères et les futures mères. Cela permet à celles-ci de partager leur expérience avec des personnes vivant une situation similaire, de se sentir soutenues et d'obtenir des outils pour aller mieux. D'ailleurs, une étude canadienne met en évidence le potentiel important des groupes de soutien par les pairs pour le traitement de la dépression et de l'anxiété post-partum.<sup>5</sup>

Par ailleurs, à l'automne 2023, le RCRPQ a lancé une formation conçue sur mesure avec et pour ses membres, sur l'animation d'un groupe de soutien et prévention de la dépression post-partum. Grâce au soutien de la Fondation Lucie et André Chagnon, ce sont **62 intervenantes, provenant de 29 CRP qui ont été formées pour animer de tels groupes de soutien.**

---

<sup>3</sup> Roch, G., Borgès Da Silva, R., de Montigny, F., Hamelin Brabant, L., Deshaies, M.-H., Turcotte, S., Mbourou Azizah, G., Tremblay, C., & Comeau, Y. (2015). Évaluation des services de relevailles et de leurs retombées auprès des familles. Rapport de recherche volet 3. D'un regard sur la vulnérabilité périnatale à une évaluation des services de relevailles offerts par les centres de ressources périnatales (CRP) du Québec. Québec, Canada : Centre de recherche du CHU de Québec.

<sup>4</sup> Statistique Canada. (2019). *Santé mentale maternelle au Canada, 2018-2019*.

<sup>5</sup> Merza, D., Amani, B., Savoy, C., et al. (2023). « Online peer-delivered group cognitive-behavioral therapy for postpartum depression: A randomized controlled trial ». *Acta Psychiatr Scand*; 1-11.

---

*En 2024, 20 CRP dans 15 régions du Québec offrent des groupes de soutien post-partum.*

---

### **2.3 Le soutien au deuil périnatal**

Chaque année, près de 23 000 familles québécoises perdent un enfant pendant la grossesse ou peu après la naissance. Il s'agit d'un événement qui entraîne indéniablement des répercussions sur la santé mentale des parents, sur le couple et sur le reste de la famille. Plusieurs CRP offrent des services spécifiques et gratuits pour accompagner les parents confrontés à cette douloureuse épreuve. Ces services peuvent inclure du soutien individuel, du marrainage, ainsi que des groupes de soutien qui permettent de briser l'isolement, d'échanger avec d'autres parents vivant une situation similaire, de se sentir compris, rassurés et de mieux appréhender le processus de deuil.

---

*En 2024, 20 CRP dans 14 régions du Québec offrent du soutien spécifique aux parents qui vivent un deuil périnatal.*

---

## **3. Nécessité d'un soutien financier public accru**

### **3.1 Rehausser et indexer le financement de base du RCRPQ**

Le RCRPQ reçoit un financement de base récurrent non indexé de 80 000 \$ directement du ministère de la Santé et des Services sociaux. Puisque le RCRPQ n'est pas admissible au Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC) national, ce montant n'est pas rattaché à un programme et n'a pas été augmenté ni indexé depuis 2017-2018. Ce montant est loin de couvrir tous les frais de fonctionnement et d'administration du RCRPQ. L'équipe permanente, qui compte une directrice, une adjointe à la direction, une responsable de la vie associative et une responsable des communications, s'appuie en majeure partie sur le soutien de la Fondation Lucie et André Chagnon. Ce financement n'est pas récurrent et est dégressif année après année, ce qui met en péril la pérennité de l'organisation.

À titre de comparatif, les regroupements d'organismes nationaux comparables relevant du ministère de la Santé et des Services sociaux reçoivent un financement de base minimal de 151 413 \$. La moyenne étant de 214 113 \$.

#### **Recommandation 1 :**

**Rehausser et indexer le financement de base du RCRPQ à 160 000 \$, ce qui permettrait de couvrir le salaire d'au moins 2 employés à temps plein, d'assurer un service minimal pour ses membres et de continuer à porter la voix des CRP auprès des différentes instances.**

*« Être reconnu comme CRP et devenir membre du RCRPQ a été une avancée significative pour notre organisme et notre communauté. Dans un milieu comme la Côte-Nord, où les défis sociaux et économiques sont bien présents, cela nous a permis d'intensifier notre soutien auprès des familles les plus vulnérables. Nous avons pu mettre en place des services mieux adaptés, consolider ceux que nous avons déjà implantés, offrir un accompagnement bienveillant qui fait une réelle différence dans la vie des parents et favoriser un développement harmonieux pour les tout-petits. »*

- Stéphanie Saint-Gelais, directrice générale, Maison des familles de Baie-Comeau et CRP La Manic

### 3.2 Pérenniser et indexer les enveloppes financières pour l'offre de relevailles des CRP

À la fin de l'été 2023, le ministère de la Santé et des Services sociaux a octroyé un montant récurrent de 60 000 \$ à chacun des CISSS et CIUSSS afin de rehausser l'offre de services de relevailles sur chacun des territoires. En précisant que ce service est généralement offert par un Centre de ressources périnatales ou si absent sur le territoire, un organisme spécialisé en périnatalité. (1,5 M\$ annoncé par le ministre responsable des Services sociaux pour soutenir la santé mentale des nouveaux parents.)

Seulement 2 CRP ont reçu la totalité du montant de 60 000 \$. Plusieurs CRP n'ont rien reçu de ce rehaussement, alors que d'autres ont reçu un montant marginal ne permettant pas d'augmenter de façon significative l'offre de soutien sur leur territoire. Après discussion avec le cabinet du ministre responsable des Services sociaux et le MSSS, celui-ci a accordé au RCRPQ un montant non récurrent de 1 187 961 \$ pour rehausser l'offre de service de relevailles dans les CRP. Ce faisant, chaque CRP a pu recevoir un montant totalisant 60 000\$ pour l'année financière 2023-2024. Le détail des montants accordés se trouve en annexe.

Les enveloppes de 60 000 \$ sont absolument nécessaires pour avoir un impact réel et concret sur l'offre de service. Ce montant permet l'embauche d'une ressource à temps plein qui offre des visites à domicile aux familles. Par ailleurs, le RCRPQ représente le meilleur véhicule pour la ventilation du financement aux CRP sur le territoire.

#### Recommandation 2 :

**Rendre le montant de 1 187 961 \$ récurrent, permettant de maintenir le rehaussement des services de relevailles dans les 28 CRP concernés et y ajouter une somme supplémentaire de 180 000 \$ pour rehausser les services de relevailles dans les 3 CRP reconnus en 2024, pour un montant totalisant 1 367 961 \$.**

*« Le financement de 60 000\$ nous a permis d'offrir rapidement le service de relevailles tant demandé sur notre territoire. Dès son lancement en septembre, déjà 19 familles souhaitaient s'en prévaloir, alors que nous n'avons que 8 plages disponibles par semaine. Le service répond très clairement à un besoin, particulièrement des familles plus vulnérables, qui représentent la moitié des familles rejointes par les relevailles. Sans la reconduction de l'entièreté de ce financement, il sera impossible pour notre organisation de maintenir l'embauche d'une ressource pour offrir ce service essentiel qui possède déjà une liste d'attente. »*

- Josée Barlow, coordonnatrice, Maison de la Famille et CRP de la MRC Bonaventure

### 3.3 Augmenter et pérenniser l'offre de soutien communautaire en santé mentale périnatale et au deuil périnatal

Les Centres de ressources périnatales (CRP) jouent un rôle crucial dans l'accompagnement des familles, notamment en matière de santé mentale et de deuil périnatal.

Plusieurs CRP ont déjà pris des initiatives pour répondre à ces besoins, en formant leur personnel et en mettant en place des services adaptés, tels que des groupes de soutien. Cependant, l'accès à ces services demeure inégal à travers le Québec. Cette disparité est en

grande partie liée à l'absence de financement dédié, limitant la capacité des CRP à développer des services spécifiques.

Un soutien préventif permet de réduire les pressions sur le système de santé en intervenant tôt et en évitant l'aggravation des troubles de santé mentale ou la détresse parentale.

### **Recommandation 3 :**

**Octroyer au RCRPQ un montant de 1,5 millions \$, représentant un montant de 50 000 \$ par CRP pour augmenter et pérenniser l'offre de soutien communautaire en santé mentale périnatale et au deuil périnatal. Le tout permettant l'embauche et le maintien en emploi d'une ressource dédiée au volet psychosocial.**

*« Le bien-être des femmes enceintes, des enfants et des familles dépend fortement du soutien de la communauté. Un investissement précoce auprès des parents et des familles peut améliorer les résultats en matière de santé pour les communautés. Un soutien financier envers le RCRPQ représente un investissement dans la promotion du bien-être de ces futures générations. »*

- Tina C. Montreuil, M. Éd. Ph. D., directrice de l'Étude sur le bien-être anténatal de Montréal (MAWS) et de l'Alliance québécoise pour la santé mentale périnatale (AQSMMP)

## **Conclusion**

Les recommandations présentées dans ce mémoire nécessitent des investissements modestes à l'échelle des budgets en santé et services sociaux, mais leur mise en œuvre aurait un impact considérable sur les familles québécoises et leur bien-être, et notamment les familles vulnérables. La période périnatale représente une fenêtre d'opportunité unique : en agissant tôt, il est possible de prévenir de nombreuses difficultés et de réduire la pression sur les services publics, tout en maximisant les retombées pour les parents, les enfants et la société.

Nous croyons fermement que ces actions préventives et ciblées constituent un choix rentable et stratégique pour votre gouvernement. Nous souhaitons travailler à titre de partenaire du gouvernement pour renforcer l'offre de soutien aux familles durant cette période cruciale. Assurer à chaque parent le soutien nécessaire, au bon moment, c'est contribuer à ce que chaque enfant puisse développer son plein potentiel et ainsi bâtir un Québec plus fort et résilient pour les générations à venir.

*« Alors que je me croyais parfois incomprise ou inapte dans mon rôle de parent, [les intervenantes] étaient toujours là pour m'élever dans mes capacités et m'épauler dans ces difficultés. Les CRP jouent un rôle essentiel et à mon avis trop peu de gens en ont conscience. »*

- Une maman qui fréquente la Maison des familles de Victoriaville – CRP La Couvée

## **Sommaire des recommandations**

### **Recommandation 1 : Rehausser et indexer le financement de base du RCRPQ**

Rehausser et indexer le financement de base du RCRPQ à 160 000 \$, ce qui permettrait de couvrir le salaire d'au moins 2 employés à temps plein, d'assurer un service minimal pour ses membres et de continuer à porter la voix des CRP auprès des différentes instances.

### **Recommandation 2 : Pérenniser et indexer les enveloppes financières pour l'offre de relevailles des CRP**

Rendre le montant de 1 187 961 \$ récurrent, permettant de maintenir le rehaussement des services de relevailles dans les 28 CRP concernés et y ajouter une somme supplémentaire de 180 000 \$ pour rehausser les services de relevailles dans les 3 CRP reconnus en 2024, pour un montant totalisant 1 367 961 \$.

### **Recommandation 3 : Augmenter et pérenniser l'offre de soutien communautaire en santé mentale périnatale et au deuil périnatal**

Octroyer au RCRPQ un montant de 1,5 millions \$, représentant un montant de 50 000 \$ par CRP pour augmenter et pérenniser l'offre de soutien communautaire en santé mentale périnatale et au deuil périnatal. Le tout permettant l'embauche et le maintien en emploi d'une ressource dédiée au volet psychosocial.

## Annexe

### Répartition des investissements pour le rehaussement des services de relevailles des CRP

Région		CRP	Montant récurrent octroyé par le CISSS/CIUSS (enveloppe de 1,5 M\$ santé mentale des nouveaux parents)	Montant du rehaussement non récurrent du MSSS
01	Bas-Saint-Laurent	Centre périnatal Entre deux vagues	10 000 \$	50 000 \$
		Maison de la famille de la Matanie	10 000 \$	50 000 \$
02	Saguenay-Lac-Saint-Jean	La Nichée	30 000 \$	30 000 \$
		Aide-parents plus	30 000 \$	30 000 \$
03	Capitale-Nationale	Relevailles Québec	0 \$	60 000 \$
04	Mauricie Centre-du-Québec	Centre Ressources Naissance	37 500 \$	22 500 \$
05	Estrie	Bedon & Bout'chou	40 000 \$	20 000 \$
06	Montréal	Les relevailles de Montréal	15 000 \$	45 000 \$
		CRP Autour du bébé	20 000 \$	40 000 \$
		Espace-Famille Villeray	20 000 \$	40 000 \$
07	Outaouais	Naissance-Renaissance Outaouais	57 350 \$	2640 \$
08	Abitibi-Témiscamingue	Maison de la famille d'Amos	8 692 \$	51 308 \$
		Maison de la famille de Rouyn-Noranda	11 937 \$	48 063 \$
09	Côte-Nord	Maison des familles de Baie-Comeau – CRP de la Manic	18 750 \$	41 250 \$
11	Gaspésie – Îles-de-la-Madeleine	Maison de la famille MRC Bonaventure	12 000 \$	48 000 \$
		Maison de la famille Parenfant Gaspé	12 000 \$	48 000 \$
12	Chaudière-Appalaches	Maison de la famille Nouvelle-Beauce	60 000 \$	0 \$
		Ressources-Naissances	0 \$	60 000 \$
		Maison de la famille de Bellechasse	0 \$	60 000 \$
13	Laval	Mieux-Naître à Laval	60 000 \$	0 \$
14	Lanaudière	Cible Famille Brandon	10 000 \$	50 000 \$
		Carrefour familial des Moulins	0 \$	60 000 \$
15	Laurentides	Carrefour péri-naissance et familial	0 \$	60 000 \$
		La Mèreveille	0 \$	60 000 \$
16	Montérégie	Famille à cœur - CRP Le Préambule	0 \$	60 000 \$
		Carrefour naissance famille	12 200 \$	47 800 \$
		Centre périnatal le Berceau	16 600 \$	43 400 \$
17	Centre-du-Québec	Maison des familles de Victoriaville – CRP La Couvée	0 \$	60 000 \$
<b>Total</b>			<b>492 039 \$</b>	<b>1 187 961 \$</b>