

Comprendre la demande de soutien et l'accès aux services par les hommes immigrants ou descendants de migrants

Dans le cadre de notre recherche, « Être proche aidant quand on est un homme immigrant ou descendant de migrants : quelles réalités, quels défis et quels besoins ? » (2023-2026), l'enjeu de la demande de soutien et de l'accès aux services a été soulevé.

L'impuissance face à la souffrance d'un proche et à la détérioration de son état de santé, la lourdeur des tâches à accomplir, ainsi que les décisions difficiles à prendre font vivre à la plupart des hommes interviewés, un éventail d'émotions intenses. Pourtant, beaucoup d'entre eux n'ont pas eu recours à des services de soutien, ou l'ont fait tardivement.

S'il est vrai que, pour certains hommes demander de l'aide peut représenter un défi, cette réalité n'est ni homogène, ni uniquement culturelle. Elle s'explique par une combinaison de facteurs personnels, relationnels, sociaux et structurels qu'il est essentiel de comprendre pour éviter les généralisations réductrices.

Cette fiche vous permet de découvrir :

- Les formes d'aide et sources de soutien mobilisées par ces hommes
- Les dimensions de leur accès au soutien et aux services
- Des pistes de réflexion pour réduire les barrières de cet accès
- Des outils complémentaires pour aller plus loin



Formes d'aide et sources de soutien mobilisées par les hommes

Lorsque les hommes immigrants proches aidants font appel à des ressources extérieures, les formes de soutien les plus fréquemment mobilisées sont **le suivi psychologique, le répit, les groupes destinés aux hommes, ainsi que les groupes d'entraide et les organismes pour proches aidants**. Le soutien psychologique et le répit ressortent comme les deux besoins les plus souvent nommés.

*« J'ai ressenti le besoin de voir un psychologue une centaine de fois, surtout la nuit quand je suis seul avec mes pensées. Et c'est le pire moment. C'est le pire moment. On ne partage rien avec personne. On est là, seul, à penser jusqu'à s'endormir. Et parfois, on n'arrive pas à dormir. »
(Homme qui prend soin de sa conjointe atteinte d'Alzheimer)*

Pour les hommes qui bénéficient d'un soutien, celui-ci a été bénéfique :

*« Mais ça m'a beaucoup aidé. Au moins, je pouvais avoir quelqu'un à qui ventiler certaines choses, des faits, des problèmes et tout ça, ma mauvaise humeur et d'autres choses, et ça m'a aidé. »
(Homme qui prend soin d'un fils ayant un trouble du spectre de l'autisme)*

Une partie des hommes rencontrés exprime avoir voulu consulter un psychologue ou bénéficier de répit, sans jamais franchir le pas. D'autres mentionnent avoir entamé des démarches, mais qu'elles se sont révélées infructueuses. Les raisons invoquées sont souvent cumulées : manque de temps, manque d'information sur les services disponibles, barrières linguistiques ou administratives.

Ces hommes ne manquaient pas de volonté ou de besoin, ils manquaient de portes d'entrée accessibles vers les services.

Une minorité des hommes rencontrés affirme ne pas ressentir le besoin de recourir à des services. C'est le cas notamment de ceux qui ont une formation en santé, ou dont les besoins sont déjà comblés par leur réseau. Il reste toutefois utile de s'assurer que ce non-recours repose sur un choix éclairé, et non sur une méconnaissance des ressources disponibles ou une mauvaise identification de leurs besoins.

Dimensions de l'accès au soutien et aux services

L'accès aux services se définit comme la possibilité d'obtenir des services de santé appropriés lorsque jugé nécessaire.

La capacité d'une personne à obtenir ces services est influencée par des facteurs individuels (démographiques, sociaux et économiques), mais aussi environnementaux et liés à l'organisation des services.

À ces facteurs peuvent s'ajouter des barrières organisationnelles, linguistiques, culturelles et financières auxquelles font face les personnes appartenant à des minorités ethnoculturelles, et ce, malgré un accès aux services de santé théoriquement égal pour toutes et tous.

Cet outil vise à **soutenir une réflexion critique sur les différentes dimensions de l'accès aux services** à partir du cadre développé par Levesque et coll. (2013). Ce cadre considère l'accès comme un processus dynamique impliquant à la fois :

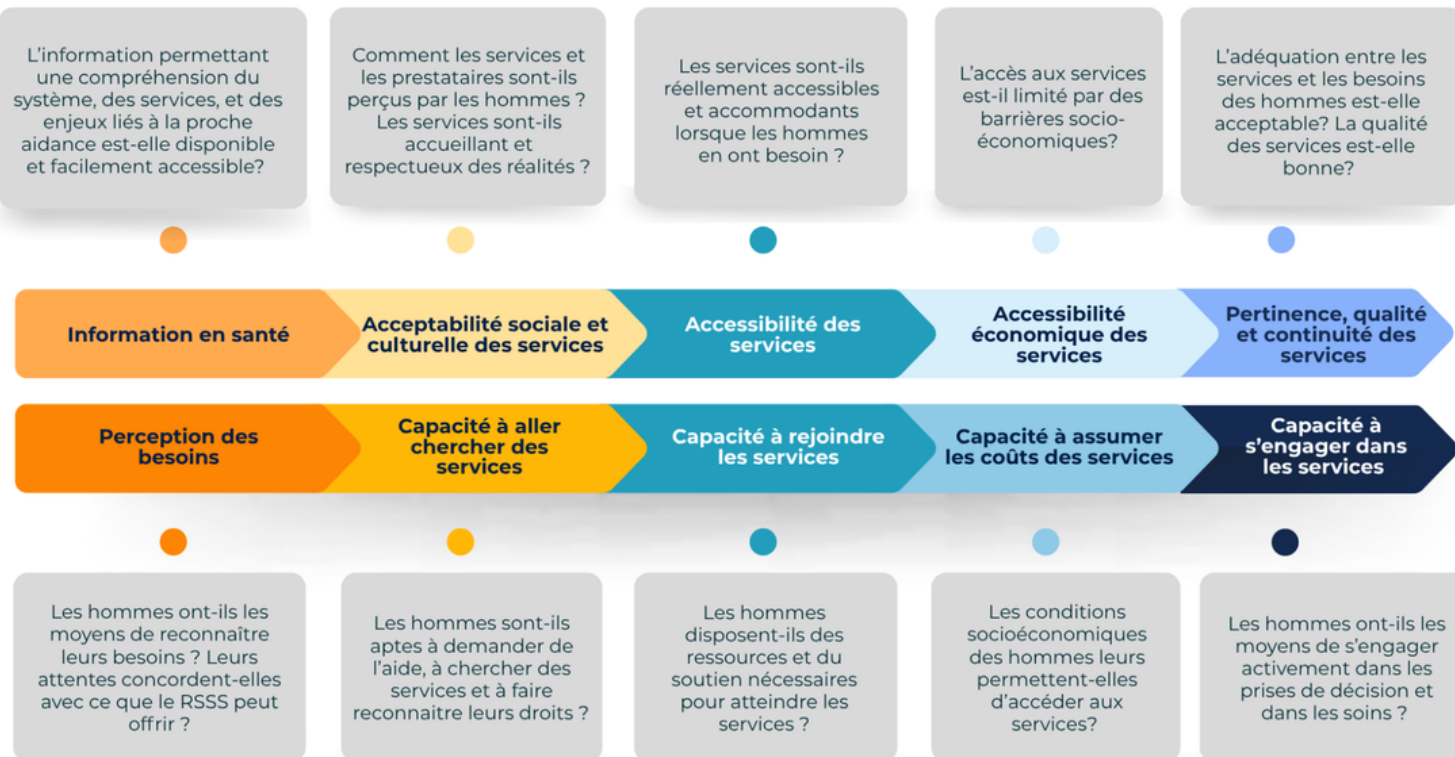
- les caractéristiques des services et de ses professionnels et l'organisation du système
- les capacités des personnes à reconnaître leurs besoins, chercher de l'aide, accéder aux ressources et s'engager dans les soins.

Pour les hommes proches aidants issus de l'immigration, **chacune des étapes de l'accès peut être complexifiée** par :

- les représentations de la masculinité (véhiculées dans la société et pas toujours en accord avec la manière dont les hommes se perçoivent)
- les conceptions de la famille et de la proche aidance
- les expériences migratoires ou minoritaires
- la précarité économique
- les barrières linguistiques
- les expériences positives ou négatives vécues avec les institutions.



Pistes de réflexion



Outils complémentaires

- Un dépliant pour sensibiliser les hommes proches aidants à l'importance de prendre soin d'eux et qui propose des conseils, ainsi que des ressources de soutien.
- Une fiche pour sensibiliser aux idées reçues concernant les hommes issus de l'immigration dans le contexte des soins et à leurs effets sur les expériences d'accompagnement et les pratiques d'intervention.
- La proche aidance : mieux comprendre et accompagner les hommes immigrants et issus de l'immigration qui prennent soin d'un proche, dans le portail Immigration au masculin produit par l'Institut universitaire SHERPA.
- Fiche thématique Proche aidance et groupes ethnoculturels minoritaires au Québec. Trajectoires d'accompagnement
- Dossier Portrait de l'utilisation des services sociaux et de santé : perspectives des hommes immigrants
- Capsule Les hommes immigrants et la santé mentale
- Outil d'évaluation Portrait de la place des pères immigrants dans votre organisation

Références

- Centre canadien d'excellence pour les aidants. (CCEA) (2024). Être aidant au Canada : Enquête auprès des aidants et des fournisseurs de soins à travers le Canada. Centre canadien d'excellence pour les aidants. [Consulter.](#)
- Le Gall, J., et coll. (2023-2026). Être proche aidant quand on est un homme immigrant ou descendant de migrants. Quelles réalités, quels défis et quels besoins? Action concertée financée par les Fonds de recherche du Québec et le ministère de la Santé et des Services sociaux. [Consulter.](#)
- Le Gall, J., Pontbriand, A., Lapalme, A., ... Ruiz-Casares, M. (2022). Portrait de l'utilisation des services sociaux et de santé : perspectives des hommes immigrants. Institut universitaire SHERPA, Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal. [Consulter.](#)
- Levesque, J. F., Harris, M. F., et Russell, G. (2013). Patient-centred access to health care: conceptualising access at the interface of health systems and populations. *International journal for equity in health*, 12, 18.

Une publication de l'Institut universitaire SHERPA, 7085 Hutchison, Montréal, Qc., H3N 1Y9,
sherpa.dlm@ssss.gouv.qc.ca
<https://www.sherpa-recherche.com>

El Amraoui, A., Samson, M.E., Kouka, M.P., Guindon, A., Le Gall, J., et Pinchinat Jean-Charles, K. (2025). Trousse Confluences. Institut universitaire SHERPA. CIUSSS du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal. <https://confluences.sherpa-recherche.com/>

Mise en page : Nathalie Padros-Ross
Illustrations : Marie-Anne C. Duplessis
(OuiFlo <https://www.ouiflo.ca/>)

INSTITUT UNIVERSITAIRE
SHERPA
Immigration. Diversité. Santé.

En partenariat avec :

Québec 

© 2026 Institut universitaire SHERPA

