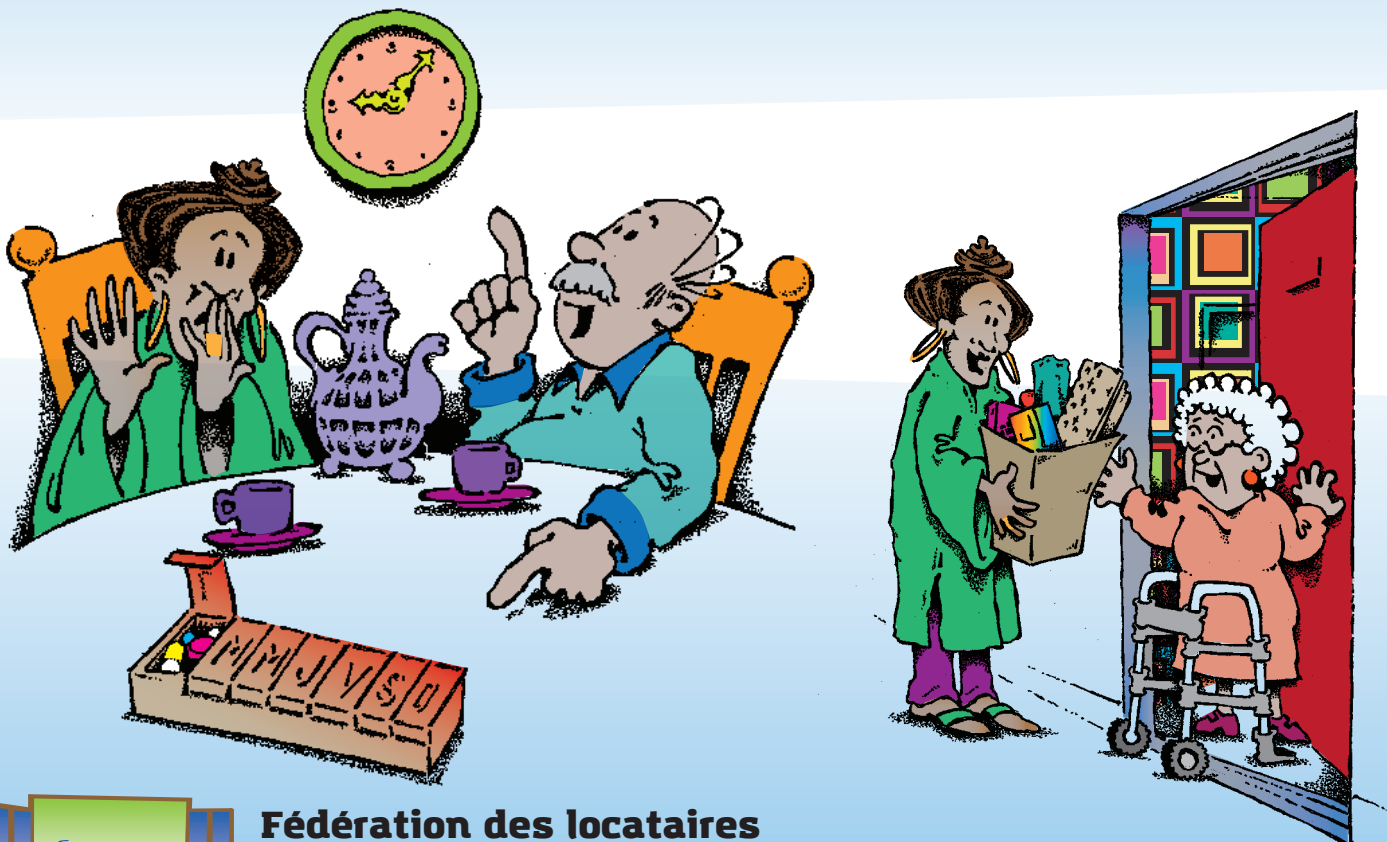


# L'ENTRAIDE

de **voisinage**  
en **HLM**

Actes du Forum  
sur l'entraide  
en HLM

*Aidez-nous à aider!*



**Fédération des locataires  
d'habitations à loyer modique  
du Québec ( FLHLMQ )**

2520, avenue Lionel-Groulx, suite 202  
Montréal ( Québec ) H3J 1J8

 [fhlmq.com](http://fhlmq.com)

# TABLES des matières

page

<b>INTRODUCTION</b> .....	<b>3</b>
Paroles de la chanson « Ensemble » de Grand corps malade	
<b>1 L'ENTRAIDE DE VOISINAGE : CADRE THÉORIQUE</b> .....	<b>4</b>
<b>1.1</b> L'entraide de voisinage .....	<b>4</b>
<b>1.2</b> La diversité de l'entraide en HLM .....	<b>5</b>
<b>2. L'ENTRAIDE FAIT DU BIEN</b> .....	<b>6</b>
<b>2.1</b> Les retombées positives .....	<b>6</b>
<b>2.2</b> Des exemples concrets .....	<b>7</b>
<b>3 LES LIMITES DE L'ENTRAIDE</b> .....	<b>9</b>
<b>3.1</b> Connaître les besoins des locataires .....	<b>9</b>
<b>3.2</b> Reconnaître l'entraide de voisinage et mobiliser les entraidant.e.s .....	<b>9</b>
<b>3.3</b> Limites organisationnelles et budgétaires .....	<b>10</b>
<b>3.4</b> Quand il est temps de prendre la relève .....	<b>11</b>
<b>4 AIDEZ-NOUS À AIDER</b> .....	<b>12</b>
<b>4.1</b> Soutenir la participation des locataires à la gestion.....	<b>12</b>
<b>4.2</b> L'accès aux services de santé et aux services sociaux.....	<b>13</b>
<b>4.2.1</b> Loi visant à reconnaître et soutenir les personnes proches aidantes (PPA).....	<b>13</b>
<b>4.2.2</b> Rapprocher les services des HLM.....	<b>13</b>
<b>4.3</b> Le soutien communautaire en logement social et communautaire.....	<b>14</b>
<b>5 CONCLUSION : CRÉER UNE COMMUNAUTÉ D'ENTRAIDE</b> .....	<b>15</b>
<b>ANNEXE 1</b> : Membres du comité aviseur.....	<b>16</b>
<b>ANNEXE 2</b> : Déroulement du Forum.....	<b>17</b>
<b>ANNEXE 3</b> : Références bibliographiques du Cadre théorique.....	<b>18</b>

## INTRODUCTION

Dans les habitations à loyer modique (HLM) du Québec, les locataires ont développé une communauté d'entraide pour répondre aux besoins de leurs voisins et voisines souvent plus isolé.e.s et plus vulnérables. Parfois, l'entraide est fortement ancrée dans un lien affectif et demeure individuelle, parfois, elle est collective. Parfois, les activités d'entraide sont formelles, d'autres fois, elles restent informelles. **Dans tous les cas, l'entraide entre voisins et voisines fait du bien et améliore la qualité de vie de toutes et tous, le sentiment de sécurité, la propreté et la salubrité.** L'entraide est un facteur puissant de bien-être et de stabilité résidentielle.



Credit photo : René Cordero

Dans la perspective de mieux connaître les pratiques d'entraide et leur impact, de les améliorer mais aussi pour offrir un lieu d'échanges, la FLHLMQ a organisé, le 10 juin 2025, un forum national sous le thème « l'Entraide nous fait du bien ».

Pour la préparation du Forum autant que pour l'animation, la Fédération a pu compter sur l'expertise d'un comité aviseur<sup>1</sup> formé des personnes qui pratiquent l'entraide mais aussi de professionnel.le.s des milieux universitaire et gouvernemental, du réseau de la santé et bien sûr, des offices d'habitation. Le comité aviseur s'est réuni sept fois avant l'événement et trois fois à la suite du Forum dans le but de rédiger ces Actes.

Le document que vous avez entre les mains a été élaboré à partir des conférences, des notes d'ateliers et des témoignages recueillis lors du Forum<sup>2</sup>. Il a été réalisé grâce au soutien financier de la Société d'habitation du Québec, dans le cadre de son Programme d'aide aux organismes communautaires.

### LEXIQUE

- **Entraide** : aide qu'on se porte mutuellement
- **Personne Proche Aidante (PPA)** : personne qui apporte un soutien à un ou des membres de son entourage qui vivent avec une incapacité
- **Bénévolat** : action volontaire et non payée
- **Soutien communautaire en logement social et communautaire** : le soutien communautaire est un ensemble d'actions en soutien aux individus et au collectif

### LISTE DES ABRÉVIATIONS

- **CIUSSS** : Centre intégré et universitaire de santé et services sociaux
- **CISSS** : Centre intégré de santé et services sociaux
- **FLHLMQ** : Fédération des locataires des HLM du Québec
- **SCLSC** : Soutien communautaire en logement social et communautaire
- **SHQ** : Société d'habitation du Québec

Voir Annexe <sup>1</sup> : Membres du comité aviseur

Voir Annexe <sup>2</sup> : Déroulement du Forum

# ENSEMBLE

## CHANSON DE GRAND CORPS MALADE

À celui qui veut construire sa maison tout seul  
À celui qui pense que l'enfer c'est les autres  
À celui qui ne tend jamais la main par orgueil  
À celui qui préfère dire le mien que le notre  
À celui qui pense qu'on doit être seul pour être libre  
Qu'on n'est jamais mieux servi que par soi-même  
Moi je dis que j'ai besoin des autres pour bien vivre  
J'affiche l'esprit d'équipe comme un emblème



### Refrain

Tout seul je vais vite  
Ensemble on va loin  
L'esprit d'équipe  
Comme un besoin  
Tout seul je vais vite  
Ensemble on va loin  
L'esprit d'équipe  
Comme un besoin

L'homme est un animal qui est fait pour vivre en meute  
Tout seul il s'ennuie, il stagne, il se perd  
Il est pour son voisin le meilleur thérapeute  
Il est pour ses prochains le plus fiable des repères  
Parce que plus que jamais j'aime la force de l'équipe  
La puissance du collectif  
J'l'ai vécu et j'y crois  
Et même si je suis toujours mauvais en mathématiques  
Je pense que chez l'Homme,  $1+1=3$

Les Hommes sont plus forts quand ils savent leurs faiblesses  
Chaque interaction est féconde  
Explique-leur que l'entraide et le partage c'est l'avenir de l'espèce  
Quand la vie est trop lourde, portons-la à plusieurs

Tout seul je vais vite  
Ensemble on va loin  
Quand j'ai fait ma partie je peux passer le témoin  
Tout seul je résiste  
Ensemble on craint rien  
On progresse, on grandit  
Et putain on rigole bien  
Refrain (3 fois)

## 1 - L'ENTRAIDE DE VOISINAGE EN HLM : CADRE THÉORIQUE<sup>3</sup>

### 1.1 L'ENTRAIDE DE VOISINAGE

L'approche par les capacités représente une voie fructueuse permettant de concilier deux registres d'action en apparence inconciliables : celui de l'aide aux personnes et celui de la compétence à agir de ces mêmes personnes, tant au niveau individuel que collectif. Cette approche considère que la satisfaction des besoins fondamentaux doit inclure aussi « ... la liberté d'expression, la dignité, le respect de soi et la participation à la vie sociale en général, autrement dit tout ce qui concourt à faire de l'individu un être social intégré et reconnu par les autres » (Paugam, 2006 : 546). Pour ce faire, les diverses structures de la société ont un rôle clé à jouer afin de permettre un réel développement des potentialités des personnes :

« La configuration de la société et toutes les institutions qui y participent sont ici appréhendées du point de vue de leur contribution aux libertés substantielles des individus, lesquels sont définis ici, comme des acteurs du changement et non comme les destinataires passifs d'avantages octroyés par telle ou telle structure. » (Sen, 2000 : 11).

*Dans le domaine de la santé, cette approche estime donc qu'il faut regarder bien au-delà de l'accès et de la provision des soins afin de comprendre les résultats en santé. Elle considère ainsi que les déterminants sociaux de la santé ont une valeur constitutive et instrumentale. À cet égard, les recherches en épidémiologie sociale sont probantes depuis plusieurs décennies : « ...le maintien et l'amélioration de la santé d'une population passent d'abord et avant tout par une amélioration de ses conditions de vie, de travail et de développement psycho-affectif. » Renaud (1990 : 18).*

Un facteur clé de ce processus d'amélioration de la santé et de la qualité de vie est l'entraide. « Pour peu qu'ils disposent de possibilités sociales, les individus sont à même de prendre en main leur destin et de s'apporter une aide mutuelle » (Sen, 2000 : 21).



Crédit photo : René Cordero

L'entraide a une longue histoire. Dès le début du siècle dernier, Pierre Kropotkine, un géographe mais aussi un militant politique, avait démontré dans son livre « *L'entraide : un facteur de l'évolution.* » qu'une autre lecture était possible de l'évolution de l'humanité. Le terme entraide est entré dans notre langue comme l'équivalent de « Mutual aid ». Depuis ce temps, divers apports de la communauté scientifique ont validé les travaux précurseurs de Kropotkine quant à la « *loi de la réciprocité* ». Il y a « *Une autre loi de la jungle : l'entraide.* » pour reprendre le titre du livre de Servigne et Chapelle publié en 2017.

La réciprocité, ou plus précisément la réciprocité sous toutes ses formes, constitue le pilier de l'entraide humaine, du soutien mutuel. Qu'est-ce que la loi de la réciprocité, loi centrale dans le phénomène de l'entraide? La réciprocité suppose plusieurs actes qui s'enchaînent sous l'effet de deux actes : l'acte de donner et l'acte de recevoir. La réciprocité suppose une bonne circulation de ces phases sous l'effet du double désir de connaître et d'être connu, d'aimer et d'être aimé. Limoges précise la distinction entre la réciprocité et l'altruisme :

*« Aider un inconnu qu'on ne reverra jamais fait simplement appel au sens altruiste de chacun. C'est un acte ponctuel qui n'a pas (ou presque pas) de conséquences sur l'avenir. En revanche, aider une personne qu'on sera amené à côtoyer par la suite, c'est créer un lien de réciprocité à durée*

## 1.2 LA DIVERSITÉ DE L'ENTRAIDE DANS LES HLM

Trois ingrédients permettent aux locataires d'un immeuble de réaliser un saut qualitatif significatif dans leur tentative de faire communauté: le sentiment de sécurité, le sentiment d'égalité et le sentiment de confiance. Sans règles partagées comme l'adhésion à un code de vie, une véritable entraide généralisée entre des locataires a peu de chances d'émerger, et seuls apparaîtront des actes d'altruisme spontanés et quelques relations de soutien mutuel. Une ou plusieurs expériences positives permettent habituellement de construire cette confiance par l'intermédiaire des dimensions formelles ou informelles de l'entraide.

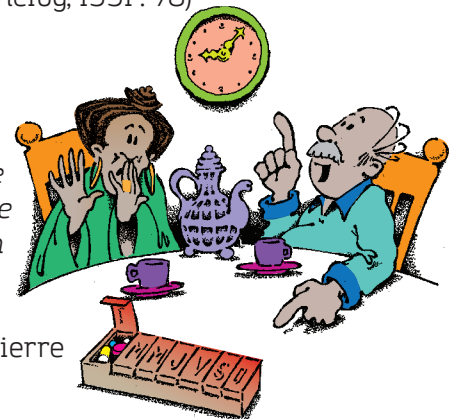
Les réseaux de sociabilité peuvent s'appuyer en milieu HLM sur une association ou une activité d'entraide (Choflet, 2023, Andvig, al 2022, Heck, 2014). Ceci réfère alors à une réalité plus formelle au sein duquel l'entraide est planifiée et organisée. Selon une recherche québécoise, il peut même arriver

*indéterminée...Pour vous et votre voisin, nul doute qu'une bonne relation est la garantie d'un futur plus coopératif et plus sympathique, donc mutuellement bénéfique.* » (Limoges, 2021 : 40)

*« Je vous aide en m'aidant » constitue ainsi une façon de penser et d'agir, propre à l'entraide, s'appuyant sur un savoir expérientiel, un lien de confiance et un soutien mutuel réciproque. « L'entraide fait référence à des pairs dans des relations égalitaires qui donnent et reçoivent du soutien et des informations, en particulier sous la forme d'une « expérience vécue », les uns envers les autres, au sein duquel une caractéristique déterminante est la mutualité et la réciprocité où les deux sont donneurs et bénéficiaires d'aide. » (Borkman et al 2020 : 11). Il y a donc rupture entre le producteur et le receveur puisque donner et recevoir se confondent (Godbout, 1992).*

Ce souci d'autrui est un souci relationnel; par un engagement et comportement individuel, l'on fait ainsi contre-poids à la fragilisation des liens sociaux. Il s'agit également d'une forme de participation citoyenne explicitement « associée à une amélioration des conditions de vie pour les citoyens d'une communauté... » (MSSS, 2024 : 39). Dit autrement par l'illustre peintre Giacometti « ... en qualité d'être pensant et de citoyen je crois que la vie entière est le contraire de la solitude, car la vie entière consiste en un tissu de relations à autrui ». (Bonnefoy, 1991 : 78)

que : « *La sécurité du lien de confiance entre pairs, surpasse parfois celle du lien avec l'intervenant du réseau de la santé en HLM.* » Lapierre et al (2024 : 133)



S'ouvrir aux autres, aller vers eux et tisser des liens : ce mouvement exprime bien que c'est la relation elle-même qui compte. Cette proximité relationnelle doit également être mise en lien avec la dimension spatiale comme élément d'analyse des rapports sociaux (Augustin et al, 2023); notamment du voisinage comme une dimension significative de l'habiter (Clément, Mantovani, Membrado, 2010). Afin de connaître la force et la qualité des liens de voisinage en HLM, il importe de situer ceux-ci dans le cadre global des relations de sociabilité existantes dans un immeuble.

La sociabilité en HLM peut se définir d'abord par le renforcement des liens interpersonnels entre les locataires découlant de l'exercice de la vie associative dans leur habitation collective et favorisant le sentiment d'appartenance. Les associations de locataires contribuent à cet égard à organiser l'entraide, au-delà de l'entraide informelle entre voisins. Les associations de locataires constituent de fait un lieu privilégié pour partager ses expériences, apporter des idées, pour ensuite mettre en commun les acquis et formuler ensemble des conseils pratiques. Par exemple, l'entraide alimentaire (jardin communautaire, sécurité alimentaire) constitue une catégorie de projets souvent financés par l'Initiative de développement durable, d'entraide et de mobilisation (ID<sup>2</sup>EM) de la SHQ.

Il existe également une autre forme de sociabilité, liée au développement de liens informels entre les locataires. Sans association de locataires ou sans son intermédiaire, des locataires d'un immeuble s'entraident; ces activités d'entraide informelle comme déneiger, aider pour les papiers, sont souvent invisibles. Plusieurs locataires voient cela comme « naturel ».

S'agit-il d'initiatives aidant/aidée individuelle? De proche aidance? Selon la Loi visant à reconnaître et à soutenir les personnes proches aidantes (2020) : « *personne proche aidante désigne toute personne qui apporte un soutien à un ou à plusieurs membres de son entourage qui présentent une incapacité temporaire ou permanente de nature physique, psychologique, psychosociale ou autre, peu importe leur*

*âge ou leur milieu de vie, avec qui elle partage un lien affectif, familial ou non.* »

Cette dyade aidant/aidée, aussi importante soit-elle, si elle prédomine dans un immeuble, peut constituer un obstacle à la formation d'une communauté d'entraide puisque la relation d'aide, unidirectionnelle prend le pas sur l'entraide qui est bidirectionnelle comme l'indique bien la notion de soutien mutuel.

En fait, bien au contraire, tous ces processus, d'aide et d'entraide au sein d'un immeuble, se renforcent mutuellement et participent à la formation d'une communauté d'entraide. Si ces initiatives personnelles s'insèrent au sein d'un processus collectif, ceci signifie alors que la communauté d'entraide prend de plus en plus forme. Le nombre de locataires d'un immeuble participant d'une façon ou d'une autre à ces pratiques constitue une variable importante afin de distinguer la force du souci des autres au sein d'un milieu.

Une recherche québécoise l'a constaté : « *Dans certaines conditions, les rapports de voisinage peuvent être propices à la création de rapports de réciprocité dans lesquels les personnes se sentent reconnues et valorisées. Le fait de vivre une certaine stabilité en matière de logement en vieillissant peut favoriser le maintien de ces réseaux d'entraide à travers le temps.* » (Fournier, Godrie, McCall. 2014 : 42)

Le lieu de résidence peut devenir alors véritablement un milieu de vie où tous et toutes ont la possibilité de réaliser leurs aspirations, de s'épanouir et où prévaut un climat bienveillant dans l'habitation.

## 2 – L'ENTRAIDE FAIT DU BIEN !

### 2.1 RETOMBÉES POSITIVES

Lors du Forum, plusieurs locataires ont témoigné de leurs liens avec leurs voisin.e.s, notamment les plus vulnérables : visites quotidiennes, parties de cartes, repas partagés, etc. D'autres ont expliqué comment leur association de locataires anime la salle communautaire et offre toutes sortes d'activités gratuites : casse-têtes collectifs, café-rencontres, soupers communautaires, bingos, etc. À l'écoute des témoignages des locataires, l'impact le plus évident est que l'entraide **brise l'isolement**. Le voisinage crée une proximité qui, elle, permet à la fois de créer un lien de confiance et une fréquence des contacts.



« *Ça a changé leur vie car elles étaient tout le temps toutes seules* », Sylvie L., locataire

Quand on sait que dans certains immeubles, plus de 10% des locataires de HLM sont totalement isolés<sup>4</sup>, le soutien que peut leur apporter un voisin ou une association de locataires fait toute la différence.

<sup>4</sup> Projet PARI : relever le défi d'agir ensemble auprès des personnes mais aussi de leur milieu de vie, sur Internet : <https://chairecacis.org/billets/un-projet-pour-intervenir-de-facon-concertee-dans-la-petite-bourgone>

L'entraide, c'est aussi la « vraie » première ligne pour le maintien à domicile. En effet, les locataires ont témoigné des gestes parfois quotidiens qu'ils posent pour que leurs voisins et voisines puissent rester dans leur logement : aide pour les courses, livraison de repas préparés, aide au déneigement, travaux ménagers, aide à l'hygiène, aide à la prise de rendez-vous, accompagnement auprès des ressources, etc. Ainsi, les associations et les locataires font bénévolement ce que la famille ou le réseau de la santé et des services sociaux n'est pas toujours capable d'offrir.

L'entraide est aussi une forme de soutien communautaire en logement social<sup>5</sup> et permet d'améliorer la qualité de vie et la stabilité résidentielle. Les associations et les locataires aident à la production annuelle des rapports d'impôts, au renouvellement du bail, à la compréhension et à l'application des règlements d'immeuble et de bon voisinage, à l'accueil des nouveaux locataires, etc.

« Les associations, ce sont les premiers répondants », Suzanne P., locataire

Enfin, l'entraide a aussi des retombées positives sur les locataires qui sont en action et posent des gestes valorisants pour eux et leur communauté. **Se sentir utile et être valorisé crée de la santé mentale positive.** D'ailleurs, plusieurs politiques et plans d'action misent sur cet engagement citoyen comme « Vieillir et vivre ensemble - Chez soi, dans sa communauté, au Québec »<sup>6</sup>.

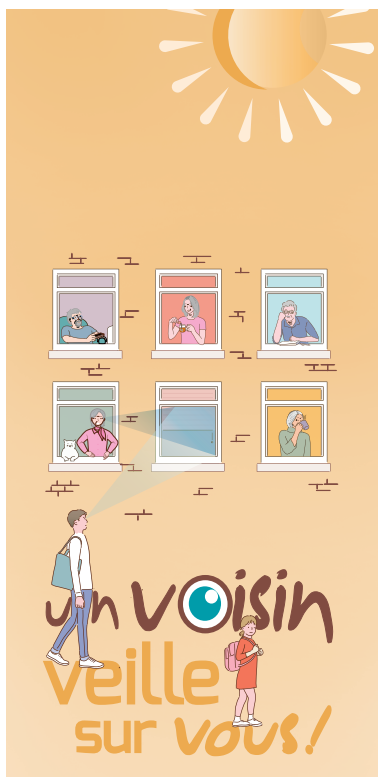
« Ils sont toujours contents de me voir (...) et moi aussi je bénéficie de cela, ça brise ma routine quotidienne », Normand C., locataire

« C'est prenant mais c'est valorisant », Sylvie L., locataire

## 2.2 DES EXEMPLES D'ENTRAIDE

### UN VOISIN VEILLE SUR VOUS

Les locataires de HLM sont à l'origine d'une initiative facile à reproduire dans tous les milieux de vie et en particulier dans les immeubles où une association est active : les accroche-portes<sup>7</sup>. C'est un programme de prévention pour renforcer le sentiment de sécurité et secourir des personnes en difficulté dans leur logement. Attention, ce programme ne remplace pas les services d'urgence ; les locataires ne sont pas des secouristes professionnels et ne veulent pas le devenir.



Le programme est très simple :

- 1- Les locataires participent au projet de vigilance sur une base volontaire. Ils doivent s'inscrire pour avoir droit à ce service. Lors de leur inscription, ils recevront un accroche-porte.
  - 2- Pendant les heures convenues, les locataires doivent installer puis enlever leur accroche-portes. Les rondes de vérification des accroche-portes se font le matin vers 9h et le soir vers 22h. Les heures peuvent être déterminées selon les disponibilités des bénévoles.
  - 3- Si l'accroche-porte n'est pas au bon endroit au moment d'une des deux rondes, les procédures suivantes seront mises en place :
    - Le bénévole vigilant cogne à la porte ;
    - S'il n'y a pas de réponse, il appelle la personne ;
    - S'il n'y a pas de réponse, le bénévole vigilant appelle la personne ressource désignée par le locataire ;
    - Accompagné d'une autre personne, il essaie de faire une vérification visuelle ;
    - S'il est impossible de vérifier que tout va bien, le bénévole appelle les services d'urgence (le 911 par exemple).
  - 4- En aucun cas, le bénévole vigilant entre de son propre chef dans le logement.
- Cette initiative sauve des vies et plusieurs locataires en ont témoigné lors du Forum.

<sup>5</sup> Cadre de référence sur le soutien communautaire en logement social et communautaire, sur Internet <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-003376/>

<sup>6</sup> <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-002206/>

<sup>7</sup> Pour commander des accroche-portes, contactez la FLHLMQ : [info@flhlmq.com](mailto:info@flhlmq.com)

## AMÉLIORER LA SÉCURITÉ DANS LES HLM

Les associations et les locataires connaissent très bien tous les enjeux de sécurité reliés à leur habitation. Quand les travailleurs-euses et intervenant.e.s sont dans leur bureau ou de retour chez eux, les chicanes de voisinage, les enjeux de cohabitation et les incidents peuvent continuer de faire partie de la réalité.

Parce que c'est leur milieu de vie, les associations et les locataires veillent aussi à l'intégrité du bâtiment. Tout le monde a intérêt à prévenir les bris ou même les risques d'incendie d'un.e voisin.e en perte cognitive.

Ainsi, plusieurs associations de locataires prennent à bras le corps l'enjeu de la sécurité et animent des rencontres de type « *Parlons sécurité* » afin d'identifier collectivement les problèmes, de nommer les causes et de trouver ensemble des pistes de solution pour prévenir et régler au besoin les problèmes de sécurité.

Ce « *diagnostic* » établi collectivement permet de sensibiliser et même de mobiliser les locataires. Par exem-

ple, c'est l'occasion de rappeler l'importance de ne pas laisser entrer des inconnus dans l'immeuble (si c'est un des problèmes nommés) ou d'expliquer les règlements. Certaines associations ont même lancé des initiatives comme les « *locataires vigilants* » qui font le tour des corridors et des sorties de secours afin de toujours renforcer le sentiment de sécurité et de bienveillance.



Finally, cette entraide sert de bougie d'allumage pour mobiliser les autres acteurs comme les offices, le réseau de la santé, la police et les organismes communautaires. Après tout, plusieurs problèmes de sécurité demandent une intervention. Ce sont ces partenaires qui doivent agir, en soutien à l'aide de première ligne portée bénévolement par les locataires.



## LA PROPRETÉ ET LA SALUBRITÉ DANS LES HLM

Les locataires soulèvent régulièrement des problèmes liés à l'entretien des immeubles, des espaces communs extérieurs et des logements : ménage insuffisant, trous dans les murs, tapis et céramiques usés, présence de vermine, présence de déjections animales, actes de vandalisme, présence d'encombrants, mauvaise gestion des déchets et des matières résiduelles, etc.

Les locataires nomment spontanément la responsabilité partagée quant à l'entretien. Le premier constat reste que l'office semble manquer de ressources et même négliger certains immeubles mais les locataires reconnaissent aussi leur responsabilité. Certaines personnes manquent de civisme et ne prennent pas soin de leur environnement immédiat. La théorie de la vitre brisée embarque et les incivilités augmentent. Certaines personnes en légère perte d'autonomie n'ont pas l'aide nécessaire pour des tâches aussi banales que sortir leurs vidanges. D'autres n'osent pas dénoncer des problèmes, comme la vermine, par peur de représailles.

Ainsi, les associations jouent un rôle majeur en montrant l'exemple, en instaurant un dialogue et des bonnes pratiques basées sur l'entraide :

- Identification et documentation des problèmes;
- Activités pour encourager l'implication de toutes et tous;
- Organisation de rencontres entre locataires et concierges pour mieux comprendre les réalités, les responsabilités, les capacités et les limites de chacun.e;
- Organisation de brigade de propreté<sup>8</sup> et de corvées printanières qui aident en plus à développer un sentiment d'appartenance et un respect mutuel
- Distribution de matériels (pipi pads et sacs à crottes) en porte-à-porte.

En plus des actions des associations, plusieurs locataires donnent une aide ponctuelle :

- Aide à un.e locataire malade ou en légère perte d'autonomie pour son ménage;
- Aide au déneigement, aux menus travaux comme les changements d'ampoule, les changements de batteries dans les avertisseurs de fumée, etc. pour les personnes moins mobiles.

Tous les témoignages vont dans le même sens : plusieurs locataires préfèrent compter sur l'aide de leur voisin plutôt que d'aller chercher un service, de crainte d'être placés ou de perdre leur logement.

<sup>8</sup> Par exemple, à Montréal, plusieurs secteurs ont développé des projets : « Habitations nettes » et « Habitations propres »

### 3- LES LIMITES DE L'ENTRAIDE

Malgré tous les effets positifs décrits précédemment, l'entraide de voisinage a ses limites. Si elle est méconnue ou peu soutenue, elle peut être difficile à maintenir et peu devenir très exigeante. Surtout, elle ne peut pas se substituer aux responsabilités des offices et des services publics, en particulier le réseau de la santé et des services sociaux.

#### 3.1 CONNAÎTRE LES BESOINS DES LOCATAIRES

L'entraide est basée sur le lien social et la proximité. Toutefois, on ne connaît pas toujours ses voisins et encore moins leurs besoins individuels. De plus, l'entraide est volontaire, dans les deux sens. On ne peut pas « obliger » une personne à aider, ni une autre à demander de l'aide ! Ainsi, **le manque de connexions entre locataires est nommé comme un obstacle.**

Sur ce point, les associations de locataires ont un rôle prépondérant et pourtant parfois mal reconnu. En animant la salle communautaire, en déployant des activités sociales et communautaires comme les cafés-rencontres, l'aide aux devoirs et les cuisines collectives ou en participant à l'accueil des nouveaux locataires, les associations créent un environnement favorable à l'entraide puisque les locataires se côtoient, apprennent à se connaître et à se faire

confiance. Ultimement, les locataires connaissent les besoins des uns et des autres.

D'autre part, les associations organisent des sondages et mettent à disposition des boîtes à suggestions qui permettent, même aux plus craintifs, de nommer leurs besoins.

Finalement, les associations collaborent avec les offices, les institutions et surtout les organismes communautaires. Elles leur offrent une porte d'entrée dans leur milieu de vie que ce soit par de l'affichage promotionnel sur des services disponibles ou même l'organisation d'activités thématiques. **Sachant que la clé pour déployer les bons services au bon endroit est le lien, ces entrées sont très précieuses mais souvent sous-utilisées.**

#### 3.2 RECONNAÎTRE L'ENTRAIDE DE VOISINAGE ET MOBILISER LES ENTRAIDANTS



Certains milieux ont des climats plus conflictuels et le nécessaire lien de confiance est plus difficile à développer. Dans ces milieux, la volonté d'aider est parfois confondue avec le comérage et une intrusion malveillante dans la vie privée.

Encore là, l'association joue un rôle essentiel dans la vie communautaire, mais elle a besoin

du soutien de son office pour pleinement remplir sa mission. Il est essentiel de reconnaître la valeur d'un office qui voit dans les associations un levier pour renforcer l'écoute, l'empathie et la bienveillance, et ainsi créer un climat harmonieux et collaboratif. Certaines associations souhaitent que leur office contribue à faire connaître leur rôle auprès des locataires, afin de favoriser la coopération et l'entraide, plutôt que de laisser place à des perceptions négatives.

Certaines associations souhaitent que leur office mette en valeur leur rôle auprès des locataires, afin de renforcer la collaboration et la compréhension mutuelle. Elles demandent d'être accompagnées et soutenues, présentées comme des solutions plutôt que des sources de problèmes. Consolider une association, l'aider dans son fonctionnement démocratique pour éviter les possibles abus de pouvoir et miser sur les leaders positifs, valoriser la contribution de l'association sont des investissements payants. Le climat s'améliore et l'entraide peut se déployer en toute confiance.

« Il faut reconnaître ce que font les gens, les accueillir et les soutenir. Aussi, les mettre en liaison »,  
Rouzier M., OMHM

La compréhension et la reconnaissance de l'entraide individuelle est aussi importante. **Les locataires ne semblent pas toujours comprendre le bénévolat fait par les uns et les autres et le prennent parfois par une intrusion dans leur intimité, leur vie privée.** Certes, les personnes qui aident les autres doivent respecter les limites et les besoins réellement exprimés. Mais, les offices et le réseau de la santé et des services sociaux doivent aussi développer la valeur de l'entraide et du partage en soutenant celles et ceux

qui pratiquent l'entraide. Plusieurs témoignages vont malheureusement dans le même sens : « *on nous dit de nous mêler de nos affaires* ». Phrase difficile à entendre quand on voit la santé de notre voisin.e se détériorer !

Conséquemment, alors que certaines personnes se tuent à la tâche, ne comptent pas leurs heures et finissent pas

s'épuiser, d'autres préfèrent ne pas mettre le doigt dans l'engrenage de l'entraide, de peur de se faire critiquer ou de se faire référer des voisins et des voisines qu'elles connaissent peu.

C'est en valorisant les rapports d'entraide que les locataires auront le goût de contribuer et qu'une relève sera possible.

### 3.3 LES LIMITES ORGANISATIONNELLES ET BUDGÉTAIRES

Face à certains problèmes de santé physique et mentale vécus par leurs pairs, les locataires et les associations se sentent parfois démunis. C'est normal puisqu'ils ne sont pas des professionnels de l'intervention et n'aspirent d'ailleurs pas à le devenir. Toutefois, certaines formations de base pourraient être facilitantes si elles étaient déployées dans les HLM : **l'écoute active, la formation de premiers soins en santé mentale<sup>9</sup> ou de secourisme, des formations de base sur le fonctionnement des offices et le fonctionnement du réseau de la santé et des services sociaux, etc.**

Au-delà de la formation, le partage d'expériences et de bonnes pratiques est nécessaire. Les ateliers du Forum ont été l'occasion de commencer ce partage mais il reste à consolider. Les comités consultatifs des résident.e.s (CCR) ont bien sûr un rôle à jouer pour ces partages. Malheureusement, certains CCR manquent de ressources pour documenter et publier ces bonnes pratiques. Ils doivent compter sur la Fédération des locataires de HLM du Québec et leurs différents partenaires. Les CCR manquent aussi de ressources financières pour tout simplement payer les déplacements des participant.e.s et offrir un environnement accueillant lors de leurs événements.

D'autre part, le manque d'espaces communautaires est souvent nommé comme un obstacle au développement de l'entraide, en particulier dans les habitations familiales. Soit il n'y a tout simplement pas de salle, soit elle est occupée par une ressource et laisse peu de place aux rencontres informelles

nécessaires à l'établissement du lien entre locataires et entre associations et locataires.

Ensuite, plusieurs initiatives d'entraide manquent de financement. L'exemple des accroche-portes est flagrant : faute de budget, les associations n'ont pas pu réimprimer les outils et la pratique s'est perdue dans le temps. C'est le sort de plusieurs initiatives qui ne bénéficient que de financements par projets<sup>10</sup>. On pense par exemple aux jardins communautaires, aux ateliers de littéracie numérique ou aux cuisines collectives qui, une fois le financement initial épuisé, ne peuvent pas se poursuivre. Tout est à recommencer, le découragement et l'épuisement prennent la place de la motivation et de la mise en action!

« *On a besoin du soutien logistique et financier de l'office* », Normand C., locataire

« *Plusieurs ont entendu parler du climat actuel dans le réseau de la santé, on entend beaucoup parler de coupures* », Diana N. CISSS Montérégie Est

Enfin, faire des courses, nourrir (même ponctuellement) son voisin ou sa voisine, faire des tâches de ménage, de bricolage et d'aménagement extérieur ont un coût que les locataires de HLM, à aïble ou très faible revenu, n'ont pas toujours les moyens d'assumer. **Leur fournir le matériel nécessaire serait un minimum.**



Credit photo : René Cordero



<sup>9</sup> La formation aux premiers secours en santé mentale (PSSM) permet d'apprendre à réagir face à une détresse psychologique et à soutenir les personnes en crise. Elle est notamment donnée par le réseau de la santé dans le cadre de la Mesure Éclaireurs implantées dans certains CISSS et CIUSSS.

<sup>10</sup> L'ID<sup>2</sup>EM est financée par la Société d'habitation du Québec (SHQ) et administrée par le Regroupement des offices d'habitation du Québec (ROHQ). Les organismes visés doivent être financés par le Programme de logement sans but lucratif (Programme HLM) de la SHQ. L'objectif général est Soutenir des projets visant à encourager l'implication des locataires de HLM dans l'amélioration de leur milieu de vie familial, social et communautaire.

### 3.4 QUAND IL EST TEMPS DE PRENDRE LA RELÈVE...

Unanimentement, les locataires se désolent du manque de relève professionnelle quand la limite de l'entraide est atteinte. C'est le principal irritant et il a des impacts importants sur les personnes qui offrent cette aide, comme sur celles qui la reçoivent.

« Il y a beaucoup de limites, le CLSC pour commencer. De plus en plus, il donne rien aux personnes en difficulté », Sylvie L., locataire

On touche ici au principal irritant. Les locataires aident bénévolement leurs voisins et voisines mais quand ils n'en sont plus capables parce que les besoins de la personne sont tellement grands, ils se cognent à une porte close, à une liste d'attente pour une place en CHSLD<sup>11</sup> ou à un guichet d'accès pour des services de maintien à domicile, pour des services sociaux ou des services en santé mentale. Quand l'urgence devient la porte d'entrée, les personnes qui entraînent les autres se sentent abandonnées et tassées un fois franchie la porte des urgences.

Le même problème se dresse quand les locataires qui aident bénévolement leurs voisins et voisines vont cogner à la porte de leur office pour que ces derniers prennent le relais. Les OH sont avant tout des locateurs et réfèrent alors au réseau de la santé et des services sociaux. Si le problème est lié au respect du Règlement d'immeuble ou à l'intégrité du bâti, les OH interviennent mais ils tassent alors l'entraide au nom de la confidentialité.

En conclusion, ces limites ne remettent pas en question la valeur de l'entraide, mais démontrent la nécessité de :

- mieux reconnaître le rôle des locataires ;
- clarifier les limites et les responsabilités ;
- offrir un soutien (formation, financement, soutien psychosocial) ;
- assurer des relais efficaces avec les offices et les services publics ;
- installer un cadre éthique clair.



<sup>11</sup> Au 30 octobre 2025, 3564 personnes sont en attente d'une place en CHSLD. Données publiées par le MSSS : <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-001637/>

## 4- Aidez-nous à aider!



Afin de consolider, voire amplifier les bienfaits de l'entraide de voisinage dans les HLM, le Forum a permis de pointer différents éléments propres aux différents acteurs impliqués et la nécessité de créer un réseau en bâtissant des ponts entre les locataires et les OH, les locataires et le réseau de la santé, les OH et le réseau de la santé.

### 4.1 SOUTENIR LA PARTICIPATION DES LOCATAIRES À LA GESTION DES HLM

Que ce soit pour développer des activités d'entraide ou pour créer un climat favorable à l'entraide individuelle, les associations de locataires et les comités consultatifs ont un rôle important à jouer.

La Société d'habitation du Québec (SHQ) reconnaît cette contribution et l'a même inscrite dans la Loi<sup>12</sup>. Ainsi, chaque office doit se doter d'un comité consultatif des résident.e.s (CCR) qui a notamment comme mandat de :

- « Promouvoir la participation des personnes qui habitent ces logements aux activités à caractère social et communautaire mises en œuvre ou reconnues par l'OH;
- Favoriser la vie associative;
- Faire des représentations sur toute matière relative au développement social et communautaire. »

La Loi de la SHQ prévoit également que « tout montant résiduel du budget que reçoit l'OH pour les associations de locataires doit servir à soutenir le fonctionnement du CCR et ses activités (frais pour les activités, achat d'équipements, et projets convenus avec l'OH) ».

Finalement, l'office d'habitation doit « fournir le soutien et l'information nécessaires (au) bon fonctionnement (du CCR). »

La SHQ doit exiger l'application de sa propre Loi puisque malgré l'article 58.4, tous les OH n'ont pas de comité consultatif<sup>13</sup>. Au-delà de la structure, les CCR doivent bénéficier d'une réelle reconnaissance et s'asseoir d'égal à égal avec les offices afin de travailler au développement des activités d'entraide des associations et des locataires.

La Loi de la SHQ précise aussi les conditions pour reconnaître les associations de locataires et leur autonomie. Les associations ont différents mandats possibles et en particulier : « offrir des services récréatifs, d'entraide, éducatifs, culturels et sociaux. »<sup>14</sup> Il serait bénéfique que tous les offices reconnaissent et soutiennent les associations qui favorisent l'entraide dans leurs immeubles, car cela contribuerait à renforcer la solidarité, la convivialité et le bien-être collectif – ce qui, malheureusement, n'est pas encore pleinement réalisé aujourd'hui.

Finalement, les associations bénéficient également d'un budget équivalent à 30\$ par porte en soutien à leur fonctionnement et pour l'organisation d'activités. Ce budget n'est pas indexé annuellement. Ainsi, année après année, les associations perdent une partie de leur capacité d'agir dans leur milieu.

Les associations peuvent bénéficier d'autres sources de financement mais la tarte à partager n'est pas assez grosse. Les associations se trouvent malgré elles en compétition avec des organismes pouvant s'appuyer sur des personnes salariées et expérimentées en demandes de financement. Le seul soutien financier destiné aux associations qui leur est dédié est l'initiative en développement durable, entraide et mobilisation (ID<sup>2</sup>EM). Malheureusement, le budget disponible est plafonné à 300 000 \$ depuis 2011. De plus, l'initiative n'est pas une aide financière récurrente alors que l'entraide, elle, dure dans le temps!

Ainsi, une meilleure application de la Loi de la SHQ, un soutien et un financement adéquat des initiatives des locataires sont nécessaires pour consolider l'entraide de voisinage en HLM.

<sup>12</sup> [https://www.habitation.gouv.qc.ca/fileadmin/internet/documents/partenaires/guides/Manuel\\_Gestion\\_ChapB\\_sec3.pdf](https://www.habitation.gouv.qc.ca/fileadmin/internet/documents/partenaires/guides/Manuel_Gestion_ChapB_sec3.pdf)

<sup>13</sup> En date du 1er novembre 2025, la FLHLMQ comptabilise 75 CCR pour 108 OH

<sup>14</sup> Ibid.

## 4.2 L'ACCÈS AUX SERVICES DE SANTÉ ET AUX SERVICES SOCIAUX

### ➤ 4.2.1 LOI VISANT À RECONNAÎTRE ET SOUTENIR LES PERSONNES PROCHES AIDANTES (PPA)

Le gouvernement du Québec a adopté une « *Loi visant à reconnaître et à soutenir les personnes proches aidantes (PPA)* »<sup>15</sup>. Même si les locataires ont souvent de la difficulté à se reconnaître comme personnes proches aidantes et préfèrent parler de don de soi et de gestes naturels, leur action correspond pourtant à la définition.

*« Toute personne qui apporte un soutien à un ou à plusieurs membres de son entourage qui présentent une incapacité temporaire ou permanente de nature physique, psychologique, psychosociale ou autre, peu importe leur âge ou leur milieu de vie, avec qui elle partage un lien affectif, familial ou non. »*

Par cette définition, le « lien affectif, familiale ou non », vient reconnaître la proche aidance possible entre voisin.e

De la Loi adoptée en 2020 a suivi la politique nationale appuyant l'importance de reconnaître et soutenir les personnes proches aidantes en respect de leur volonté et capacités d'engagement<sup>16</sup>. Les principes directeurs de cette politique précisent clairement que tous, incluant les intervenants et intervenantes,

### ➤ 4.2.2 RAPPROCHER LES SERVICES DES HLM

Les locataires ont nommé comme principal irritant le manque de relève du réseau quand leurs limites sont dépassées. Les locataires ont besoin que leurs voisines et voisins aient les services nécessaires et ils ont eux-mêmes besoin de services en prévention de leur épuisement possible ou parfois même de leur traumatisme causé par certains événements.

L'accès aux services de santé et aux services sociaux est en enjeu qui dépasse largement le milieu des HLM. Toutefois, l'intervention de proximité dans les HLM a été documentée<sup>17</sup> et augmente le recours aux services de santé et aux services sociaux.

Plusieurs initiatives dans les HLM doivent inspirer les décideurs et militent en faveur du rapprochement des services dans le milieu. Par exemple, à Québec, une travailleuse sociale est présente, à temps plein,

les gestionnaires et les directions des établissements du RSSS, doivent reconnaître les PPA et favoriser la préservation de leur santé et de leur bien-être, notamment sur le plan de la précarisation financière, ainsi que le maintien de leur équilibre de vie. De plus, est également valorisé l'approche de partenariat où le réseau doit considérer les PPA comme des partenaires de soins. En théorie, fini les réponses du type « *ce n'est pas de vos affaires* ».

Enfin, les principes directeurs de la politique prévoient l'importance de faciliter et consolider les partenariats entre les ministères, les organismes du gouvernement et les organismes non gouvernementaux tant au niveau national que régional et local en impliquant les PPA pour favoriser des réponses adaptées à leurs besoins spécifiques.

Sur le papier, tout est là pour que les locataires qui aident leurs voisines et voisins soient reconnus, soutenus et qu'un réseau de soutien se tisse autour d'eux. Les liens entre les locataires et les responsables de l'approche doivent maintenant être consolidés localement.

dans la salle communautaire de plusieurs ensembles immobiliers pour les familles. Non seulement elle crée des liens, soutient les locataires mais elle peut aussi les référer avant qu'une crise ne survienne. On entend souvent que certains locataires sont réfractaires à obtenir de l'aide ; une présence familière est une façon de faire tomber cette barrière.

Le cumul de vulnérabilités dans certains milieux HLM justifie largement une ressource du réseau de la santé et des services sociaux dédiée aux locataires de HLM. Le ministère de la santé et des services sociaux ainsi que Santé Québec doivent rapprocher les services des citoyen.ne.s en déployant notamment des services régionaux de première ligne à l'ensemble des HLM.

<sup>15</sup> hR-1.1 Loi visant à reconnaître et à soutenir les personnes proches aidantes (chapitre R-1.1, sur Internet : <http://legisquebec.gouv.qc.ca/fr/pdf/cs/R-1.1.pdf>

<sup>16</sup> Politique nationale pour les personnes proches aidantes; Reconnaître et soutenir dans le respect des volontés et capacité d'engagement, sur Internet : <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2021/21-835-01W.pdf>

<sup>17</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=RPDk760n-58&t=1358s>

### 4.3 LE SOUTIEN COMMUNAUTAIRE EN LOGEMENT SOCIAL ET COMMUNAUTAIRE

Depuis 2007, la SHQ et le MSSS ont convenu d'un cadre de référence sur le soutien communautaire en logement social et communautaire (SCLSC)<sup>18</sup>.

« L'entraide en HLM gagne à s'appuyer sur le cadre de référence. C'est un outil gouvernemental très solide pour assurer sa reconnaissance »,  
Marianne G.-C., SHQ

Malgré des besoins estimés à 50 millions \$, une somme d'environ 15 millions \$ est utilisée à travers les CISSS et les CIUSSS pour financer des interventions favorisant la stabilité résidentielle et contribuant à l'amélioration de la qualité de vie ainsi qu'à l'intégration des personnes dans leur logement. Le SCLSC des 300 associations de locataires de HLM prend la forme de l'entraide de voisinage. Pourtant, à notre connaissance, seulement deux associations

de locataires à travers le Québec bénéficient d'un financement SCLSC<sup>19</sup>.

La force du SCLSC repose aussi sur la concertation régionale. Ainsi, chaque région anime une instance de concertation obligatoire qui doit inclure un ou des locataires. Malheureusement, l'accueil des locataires y est très inégal et varie selon si le locataire est considéré comme bénéficiaire du SCLSC ou comme acteur de la pratique.

L'enveloppe budgétaire pour la mise en œuvre du cadre de référence doit être réhaussée afin d'assurer un financement suffisant des activités d'entraide des associations, des offices et des organismes qui sont en soutien à cette action.



<sup>18</sup> <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-003376/>

« Le soutien communautaire recouvre un ensemble d'actions qui peuvent aller de l'accueil à la référence, en passant par l'accompagnement auprès de services publics, la gestion des conflits entre locataires, l'intervention en situation de crise, la gestion du bail, du soutien ponctuel, le soutien au comité de locataires et aux autres comités et l'organisation d'activités communautaires. En fait, la notion de soutien communautaire désigne « [...] ce qui relève de l'accompagnement social des individus et/ou des groupes. »

<sup>19</sup> Association des locataires de HLM Bienville et Association des locataires de HLM Berthelet, tous deux à Longueuil

## CONCLUSION : CRÉER UNE COMMUNAUTÉ D'ENTRAIDE

Nous reproduisons ici la Déclaration finale des participant.e.s au Forum du 10 juin 2025. Les quelques 200 personnes rassemblées ce jour-là proviennent de différents réseaux mais elles ont toutes à cœur l'amélioration de la qualité de vie dans les HLM. Elles croient au pouvoir de l'entraide, de la bienveillance et de la solidarité. Ensemble, nous avons besoin de tisser un réseau d'entraide, de bâtir des ponts entre les locataires, les organismes communautaires, les offices d'habitation et le réseau de la santé et des services sociaux.

« Nous sommes **locataires de HLM** dans les grandes villes et les petites municipalités du Québec;

*Nous aimons nos HLM (surtout quand ils sont rénovés) et comme tous les québécois et toutes les québécoises, nous voulons vivre et vieillir en sécurité dans nos logements.*

**Année après année, nous constatons que plusieurs membres de notre communauté sont de plus en plus fragiles :**

- *Il y a un grand isolement social dans nos immeubles. Certains locataires n'ont ni famille, ni ami.e.s et ne peuvent pas compter sur un réseau naturel pour les aider en cas de besoin;*
- *Il y a une peur de l'institution pour certains locataires qui craignent toujours de perdre le seul logement qu'ils et elles peuvent se payer, qui craignent d'être hospitalisés ou médicamentés de force ou encore d'être placés en CHSLD.*

*Année après année, nous constatons que sans nous, la salubrité et la sécurité seraient pas mal pires dans certaines de nos habitations :*

- *Nous sommes sur les lieux 24h sur 24 et 7 jours sur 7 ; nous sommes là quand tous les intervenant.e.s ont fini leur quart de travail;*
- *Du fait de notre proximité, nous sommes parfois le seul et unique contact des locataires, la seule personne en qui ils et elles ont confiance;*
- *Grâce à nos associations, nous avons développé l'entraide collective dans nos HLM;*
- *Parce que nous sommes solidaires, nous aidons individuellement les plus vulnérables dans toutes sortes de tâches (aide à la prise de rendez-vous médicaux, compréhension des papiers et des règlements dans les HLM, entretien et salubrité, soutien moral, etc.).*

**Nous sommes la première ligne, nous sommes bénévoles dont certains sont proches aidants, et nous avons besoin d'aide pour poursuivre sans nous épuiser ! Nous reconnaissons la contribution essentielle de tous les acteurs et le besoin de tisser notre réseau plus serré. »**



crédit photo René Cordero

## MEMBRES DU COMITÉ AVISEUR

- **Patricia Viannay**  
coordonnatrice de la FLHLMQ
- **Sylvie Lebeau**  
locataire, Lanaudière
- **Sylvie Nadeau**  
locataire, Chaudière-Appalaches
- **Normand Caron**  
locataire, Centre-du-Québec
- **Roger Saucier**  
locataire, Mauricie
- **Paul Morin**  
professeur à l'Université de Sherbrooke
- **Rouzier Metellus**  
Directeur, gestion des milieux de vie, Office municipal d'habitation de Montréal
- **Audrey Samson**  
organisatrice communautaire, Office municipal d'habitation de Québec
- **Diana Fabiola Ndzon**  
APPR, CISSS Montérégie Est, Mesure Éclaireurs
- **Josée Duteau**  
Coordonnatrice spécialisée en matière de proche aidance, CIUSSS de l'Estrie - CHUS
- **Marianne Cloutier-Garnier**  
conseillère en soutien communautaire, Société d'habitation du Québec (SHQ)
- **Maryse Gagné**  
conseillère en gestion, Société d'habitation du Québec (SHQ)

## ANNEXE 2

### DÉROULEMENT DU FORUM

**09H00** Accueil des participant.e.s au Pavillon Lemieux

**10H00** Ouverture du Congrès par Yves Dubé, président de la FLHLMQ, au Grand Salon du Pavillon Desjardins

**10H30** Conférence d'ouverture : L'entraide en HLM nous fait du bien

Le professeur Paul Morin ouvrira la journée avec une conférence sur les différentes formes que prend l'entraide en HLM. Quel point commun existe-t-il entre un bénévole qui déplace la voiture de son voisin avant le passage du déneigeur et une association de locataires qui organise les accroche-portes « Un voisin veille sur vous » ou des formations avec les Éclaireurs ?

La conférence sera suivie d'un ensemble de témoignages sur des activités d'entraide, leurs avantages mais aussi leurs limites.

**12H00** Dîner sur place et visite des exposants

**13H15** Allocution enregistrée de la ministre France-Élaine Duranceau suivie d'une allocution de Jean-Martel, PDG de la SHQ

**13H45** Deux choix parmi six (6) ateliers

**ET**  
**15H30** **Atelier 1 : Comment les associations (ADL) peuvent organiser l'entraide formelle et informelle entre les locataires ?**

La Directive sur la participation prévoit que les ADL déploient des activités d'entraide dans leur milieu. Comment on évalue les besoins et comment on peut organiser l'entraide pour que toutes et tous y trouvent leur compte.

**Atelier 2 : Comment les offices d'habitation peuvent supporter ceux et celles qui entraînent ?**

Les ADL organisent des activités d'entraide, soutiennent les plus vulnérables. Elles ont besoin de la reconnaissance des offices, de formations, d'accompagnement et même parfois de financement. Cet atelier explorera comment un OH et une ADL peuvent être partenaires pour déployer l'entraide en HLM.

**Atelier 3 : Beaucoup de locataires sont des proches aidants sans le savoir.**

Cet atelier présentera la Loi du MSSS sur la proche-aidance. Cette Loi est à la fois un outil de reconnaissance de l'action de ceux et celles qui aident, notamment dans leur HLM, mais elle permet de répondre à certains défis comme la confidentialité.

**Atelier 4 : Salubrité et entretien : des exemples d'activités d'entraide qui améliorent le milieu de vie**

Cet atelier présentera des activités d'entraide d'envergure différentes mais qui permettent toutes d'améliorer la salubrité et l'entretien. Atelier sur la gestion des matières résiduelles, brigade de propreté ou aide à la préparation du logement en cas d'extermination, il y en aura pour tous les goûts.

**Atelier 5 : Des exemples d'activités d'entraide qui améliorent la sécurité dans nos habitations**

Cet atelier présentera des activités d'entraide d'envergure différentes mais qui permettent toutes d'améliorer le vivre ensemble et le sentiment de sécurité. Voisins vigilants, activités pour briser l'isolement, référencement aux intervenantes, atelier sur l'intimidation, il y en aura pour tous les milieux.

**Atelier 6 : Un voisin veille sur vous ! Une activité simple pour prendre soin les uns des autres**

Cet atelier présentera les accroche-portes « Un voisin veille sur vous » et comment mettre en place une chaîne d'entraide. Plusieurs HLM ont déjà mis en place les accroche-portes et pourront témoigner des avantages de cette activité.

**16H45** Déclaration finale de la journée : Aidez-nous à aider nos voisins et voisines dans le Grand Salon du Pavillon Desjardins

**17H00** Fin du FORUM

### RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Andvig, E. et al (2022). Peer support for housing challenges: experiences of parents in low-income housing families in Norway, *Nordic Welfare Research*, 6(1), 167-183
- Augustin, J., Andrees, V., Walsh, D., Reintjes, R., Koller, D. (2023). Spatial Aspects of Health—Developing a Conceptual Framework, *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 20, 1817. <https://doi.org/10.3390/ijerph20031817>
- Bonnefoy, Y. (1991). *Giacometti*, Flammarion
- Borkman, T., Munn-Giddings, C., Boyce, M. (2020). Self-help/Mutual groups and peer support, A literature review, *Voluntaristics Review*, 218 p.
- Choflet, R.T. (2023). “We Wanted to Talk Plumbing”: Organizing and Mutual Aid in Baltimore’s High-Rise Public Housing, *WSQ: Women’s Studies Quarterly* 51: 1 & 2 (Spring/Summer), 73-94
- Clément, S., Mantovani, J., Membrado, M. (2010). Du bon voisinage aux solidarités de proximité, dans Pitaud, P. (dir.) *Solitude et isolement des personnes âgées*, ERES
- Fournier, A., Godrie, B., McCall, C. (2014). *Vivre et survivre à domicile*, Rapport de recherche, CREMIS
- Godbout, J.T. (1992). *L’esprit du don*, Éditions La Découverte
- Heck, I. (2014). *Prendre sa place au Québec : pratiques alternatives de mobilisation auprès de familles immigrantes en HLM*, Rapport de recherche, CREMIS,
- Kropotkine, P. (1906) *L’entraide, un facteur d’évolution*, Hachette
- Lapierre, J, et al (2024). *L’expérience d’habiter son logement subventionné : Besoins et pratiques de soutien communautaire comme piliers du renforcement du pouvoir d’agir, de l’entraide et de la solidarité dans la communauté*, Rapport final de recherche
- Limoges, J. (2021). *Je m’aide quand nous nous aidons!* Bouquinbec
- MSSS (2024). *La fierté de vieillir, Plan d’action gouvernemental 2024-2029*, Gouvernement du Québec
- Paugam, S. (2006). *Dictionnaire des sciences humaines, Précarité, pauvreté, exclusion*, PUF
- Renaud, M. (1990). *Colloque de la Fédération des CLSC sur la santé mentale*
- Sen, A. (2000). *Un nouveau modèle économique*, Éditions Odile Jacob, Paris, Servigne, P. Servigne, P., Chapelle, G. (2017). *L’entraide, l’autre loi de la jungle, Les liens qui libèrent*





**Fédération des locataires  
d'habitations à loyer modique  
du Québec ( FLHLMQ )**

2520, avenue Lionel-Groulx, suite 202  
Montréal ( Québec ) H3J 1J8

Pour informations : 1-800-566-9662 ou [info@flhmq.com](mailto:info@flhmq.com)



[flhmq.com](http://flhmq.com)