



RAPPORT ANNUEL 2025

Partenaires



Université de
Sherbrooke



SOMMAIRE

3	<u>MOTS DES PARTENAIRES</u>	<u>ATELIERS DE COCRÉATION</u>	14
6	<u>L'UNIVERS-SHACK</u>	<u>RÉALISATIONS 2025</u>	16
9	<u>FINANCEMENT</u>	<u>RETOMBÉES</u>	18
10	<u>GOVERNANCE</u>	<u>ORIENTATIONS 2026</u>	19
13	<u>VOLET RECHERCHE</u>	<u>REMERCIEMENTS</u>	20

MOT DE JOSÉE PARENT, FONDATRICE



Josée Parent

*Fondatrice et directrice générale de Mon
Shack... Mes choix... Mon avenir!*

Fondatrice de L'Univers-Shack

Cette année aura été celle de l'apprentissage, de l'évolution et de la mise en action. Elle nous a aussi rappelé l'importance de faire une pause pour réfléchir, ajuster nos trajectoires et poursuivre avec encore plus de force et de conviction.

Les réalisations du laboratoire vivant L'Univers-Shack sont le fruit d'un engagement collectif. Je tiens à remercier chaleureusement nos partenaires majeurs, l'Université Bishop's et l'Université de Sherbrooke, dont la confiance et le soutien ont permis au projet de prendre son envol. Merci également à Nexcap pour son appui financier essentiel.

Enfin, la précieuse contribution de nos locataires, de la communauté et des nombreux professionnels et professionnelles apporte un partage des connaissances, nourrit la recherche et participe activement à l'évolution des pratiques en santé mentale. Mon Shack est un modèle unique d'intervention et nous espérons sa modélisation basée sur des données probantes afin de partager cette expertise non seulement au Québec, mais aussi au Canada.

À toutes celles et ceux qui contribuent à cette aventure, merci de faire grandir L'Univers-Shack et sa mission.

MOT DE BASSAM CHIBLAK, PARTENAIRE



Bassam Chiblak
*Coordonnateur de l'apprentissage
expérientiel en arts
Université Bishop's*

Cette année, L'Univers-Shack a posé ses fondations. Nous avons ralenti pour mieux avancer. Nous avons structuré. Ajusté. Aligné. Il fallait prendre ce temps. Il fallait construire une base solide avant de pousser plus loin. Aujourd'hui, l'alignement se renforce. La structure se stabilise. Les conditions sont réunies pour avancer avec plus d'assurance et de réflexion.

Nous sommes fiers, à Bishop's, de contribuer à cette initiative avec Mon Shack, l'Université de Sherbrooke, les locataires, leurs proches, les intervenant-e-s, les chercheuses et chercheurs, les étudiant-e-s et les partenaires communautaires.

Le projet repose sur une idée simple : les meilleures solutions se construisent avec les personnes directement concernées. La voix des locataires est essentielle. Elle nous aide à comprendre leurs réalités, à répondre à leurs besoins et à faire évoluer les pratiques.

Pour Bishop's, L'Univers-Shack représente aussi un espace exceptionnel d'apprentissage expérientiel. Nos étudiantes ont participé à la recherche communautaire, travaillé avec des professionnel-le-s et découvert comment la vraie vie peut contribuer à améliorer les pratiques. Mais cet apprentissage ne leur appartient pas seulement. Nous apprenons tous ensemble. C'est cette rencontre qui donne sa force au modèle.

C'est un privilège de faire partie de cette aventure collective et de travailler avec des partenaires qui partagent la même volonté : apprendre ensemble, répondre aux besoins réels et construire des solutions qui peuvent durer et être partagées ailleurs. L'avenir s'ouvre devant nous pour poursuivre la mission qui nous rassemble avec des fondations plus solides.

MOT DE FRANÇOIS LAUZIER-JOBIN, PARTENAIRE



François Lauzier-Jobin

*Professeur à la Faculté de médecine et des
sciences de la santé
Université de Sherbrooke*

Depuis qu'on m'a présenté ce projet novateur de laboratoire vivant sur la santé mentale des jeunes en hébergement, j'entrevois tout son potentiel tant au niveau de la recherche que de la pratique. Et ce fût toute une mise en place que cette première année pour constituer l'équipe, établir des processus de fonctionnement ou encore la méthodologie de recherche!

Parce que la jeunesse est une période clé pour le développement des problématiques de santé mentale et leur rétablissement, il est important d'innover dans les solutions que nous apportons pour favoriser ce rétablissement, parce qu'il est possible. L'hébergement peut favoriser la création de liens, l'espoir, la construction identitaire et le développement du pouvoir d'agir, comme on le constate dans le travail fait par Mon Shack.

La mise en place de L'Univers-Shack, c'est une occasion pour les parties concernées de s'exprimer et de réfléchir, ensemble, sur des enjeux réels comme briser la stigmatisation, favoriser les liens et développer les compétences.

L'Univers-Shack porte une conviction : c'est de la rencontre des savoirs que naissent de nouvelles façons de faire!

L'Univers-Shack est une initiative portée par Josée Parent, fondatrice et directrice générale de l'organisme communautaire Mon Shack... Mes choix... Mon avenir! (Mon Shack), en partenariat avec l'Université de Sherbrooke et l'Université Bishop's. Tout commence par cette question : « Pourquoi Mon Shack obtient-il des résultats remarquables en matière de rétablissement ? »

Comme le souligne Josée Parent, les hospitalisations psychiatriques répétées représentent un défi humain et financier majeur pour le système de santé. Elle remarque combien les locataires de Mon Shack présentent une meilleure stabilité de leur santé mentale, une diminution des hospitalisations et une intégration accrue dans leur milieu de vie.

L'Univers-Shack a donc été créé afin de comprendre les mécanismes qui contribuent à ces résultats, de documenter les pratiques qui les soutiennent et de produire des connaissances permettant d'inspirer l'amélioration des services en santé mentale, tant en Estrie qu'ailleurs.

SON LANCEMENT

Une conférence de presse a eu lieu le 14 mai 2025 pour le lancement officiel de L'Univers-Shack



-  Article Radio Canada infos
 INFO
-  Reportage TéléJournal
 ICI Estrie
-  Article La Tribune
 laTribune

Sur la photo (de gauche à droite): Marianne Dandurand, députée fédérale de Compton-Stanstead, Bassam Chiblak, coordonnateur de l'Université Bishop's, Geneviève Hébert, députée provinciale de Saint-François, Josée Parent, directrice générale de Mon Shack, François Lauzier-Jobin, professeur de l'Université de Sherbrooke, Jennifer Garfat, conseillère d'arrondissement, Claude Charron, conseiller municipal de Lennoxville.

SA MISSION

Utiliser les forces de l'enseignement, de la recherche, du savoir expérientiel et de la communauté comme leviers pour (a) promouvoir la santé mentale et le bien-être auprès des personnes vivant ou ayant vécu des problématiques de santé mentale, auprès de leurs proches, des professionnel·le·s et de la communauté citoyenne, en plus de (b) contribuer au renforcement des liens au sein de la communauté.

SES OBJECTIFS

- 1** Favoriser le **rétablissement** des personnes vivant ou ayant vécu des problématiques de santé mentale;
- 2** Soutenir la **participation sociale** des personnes vivant ou ayant vécu des problématiques de santé mentale;
- 3** Contribuer à la **déstigmatisation** en santé mentale dans les communautés;
- 4** Évaluer, améliorer, modéliser et exporter le modèle d'hébergement supervisé développé par Mon Shack.

L'atteinte de ces objectifs repose sur la mobilisation citoyenne et la mise en place d'activités participatives qui favorisent le partage des savoirs scientifiques, expérientiels et citoyens tout au long de la démarche

SES VALEURS

Respect
Partenariat
Ouverture à la communauté
Empowerment
Démocratie
Diversité et inclusion
Empathie
Solidarité
Entraide
Partage des responsabilités
Recherche et innovation

SES PARTENAIRES FINANCIERS

Les partenaires financiers permettent à L'Univers-Shack de mobiliser les différents acteurs concernés, de reconnaître l'expérience des personnes vivant ou ayant vécu avec des problématiques de santé mentale et de produire des connaissances pour l'amélioration des pratiques en santé mentale dans la région de l'Estrie et ailleurs au Québec. L'Univers-Shack fonctionne grâce à l'appui d'un partenaire financier majeur et de contributions financières ponctuelles, comme la bourse de 24 405 \$ accordée par le Conseil de recherches en sciences humaines (CRSH).



NEXCAP Fondation est le partenaire financier majeur de L'Univers-Shack. Son financement de 500 000 \$ s'étale sur cinq ans.



**Fondation
Molson**

Grâce à une collaboration entre la Faculté de médecine et de sciences de la santé de l'Université de Sherbrooke et l'Université Bishop's, une bourse de 6 000 \$ de la Fondation Molson a soutenu les stagiaires de L'Univers-Shack à l'été 2025.

SES PARTENAIRES COMMUNAUTAIRES

Le partenariat se traduit également par une mise en commun des ressources et un partage des connaissances.

En plus du lien étroit qui unit les deux organisations partenaires, Mon Shack joue un rôle majeur dans L'Univers-Shack en mettant ses locaux à sa disposition. Ces espaces accueillent les ateliers de cocréation et les rencontres de travail des comités de L'Univers-Shack.



Les organismes d'hébergement Mon Shack, La Source-Soleil et le Centre d'hébergement alternatif de Sherbrooke ont également contribué aux travaux de L'Univers-Shack en 2025. Des entrevues ont été réalisées auprès de leurs clientèles ainsi que des membres de leurs équipes d'intervention afin de mieux comprendre leurs réalités, leurs besoins et leurs perceptions.



Université de
Sherbrooke



Les contributions financières de Nexcap Fondation et du CRSH ont permis de soutenir le développement des activités de recherche et de renforcer la capacité de L'Univers-Shack à mobiliser les connaissances produites.

- Assurer les salaires de l'équipe de coordination du projet;
- Former le personnel de recherche sur les laboratoires vivants;
- Verser des compensations financières aux membres du comité de pilotage en reconnaissance de leur participation active;
- Débourser les frais liés aux activités de L'Univers-Shack (par ex. : un outil de conception graphique, impressions, matériel informatique, etc.).

Nous reconnaissons également les contributions qui ne sont pas comptabilisées dans le tableau ci-dessous, notamment les contributions en nature des partenaires et les bourses versées directement aux personnes étudiantes.

Finances pour la période du 1er janvier 2025 au 31 décembre 2025

		Salaires	61 442,46 \$
CRSH	24 405,00 \$	Matériel	1 391,37 \$
Fondation Nexcap	100 000,00 \$	Compensations financières	882,03 \$
Revenus	124 405,00 \$	Dépenses	63 715,86 \$

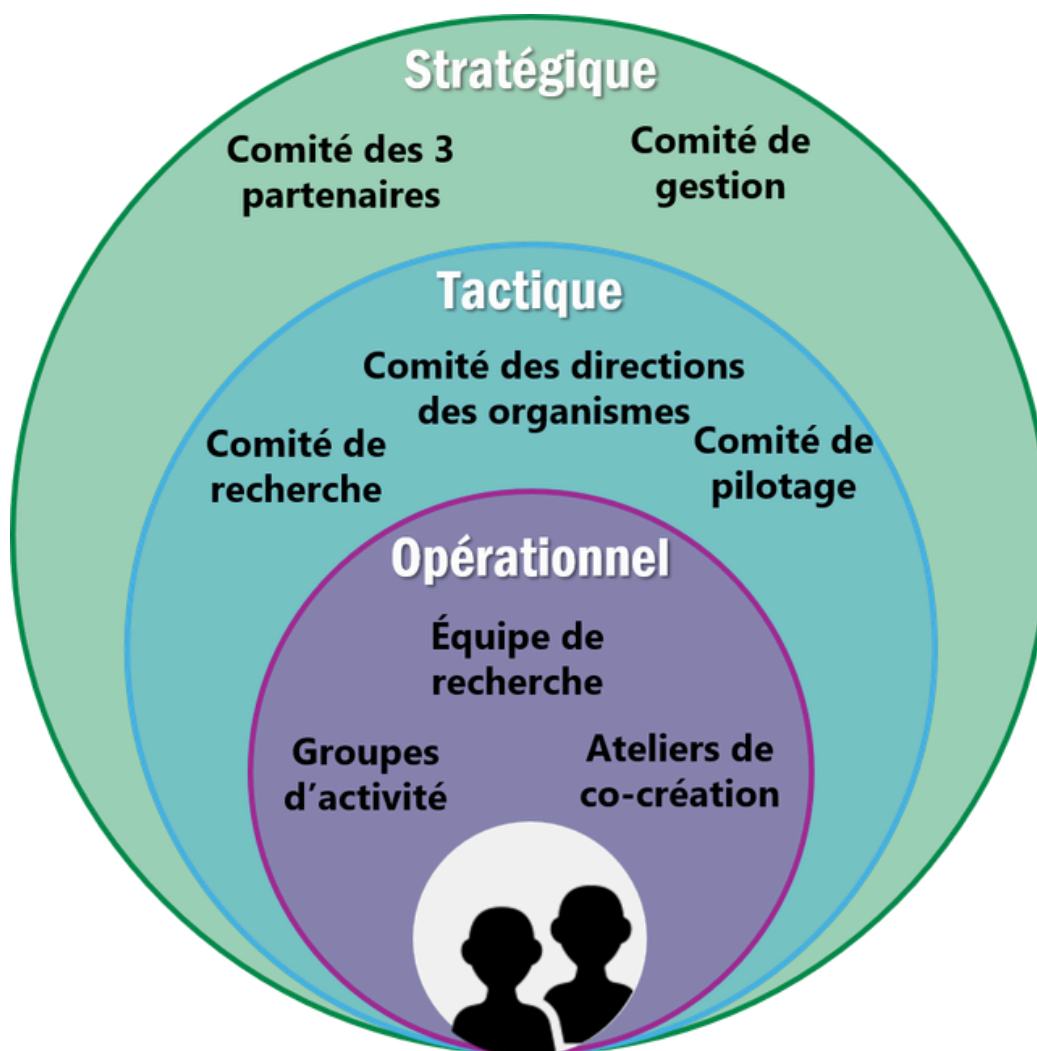
Balance
60 689,14 \$

Le bilan financier témoigne d'une saine gestion des ressources et permet de dégager des sommes pour soutenir les projets pilotes à venir, cocréés avec les différentes parties prenantes.

En 2025, L'Univers-Shack a franchit une importante étape de structuration avec l'élaboration d'un plan et d'une structure de gouvernance. Cette démarche a fourni un système de fonctionnement favorisant la transparence, la collaboration, la coordination des actions et la résolution des défis inhérents à un projet rassemblant des partenaires aux expertises et réalités variées.

SA STRUCTURE DE GOUVERNANCE

Les différentes instances mises en place permettent d'assurer la coordination, la concertation et la prise de décision à tous les niveaux de L'Univers-Shack. Elles veillent également à ce que les personnes locataires ou résidentes vivant ou ayant vécu une problématique de santé mentale demeurent au cœur des réflexions et des actions de L'Univers-Shack.



En 2025, les mandats complémentaires et les principales contributions des différentes instances de gouvernance ont permis de soutenir les objectifs de L'Univers-Shack.

LE COMITÉ DE GESTION

Le comité de gestion est une instance centrale et permanente de L'Univers-Shack. Il veille à la coordination du laboratoire vivant, en assurant le soutien et le suivi des activités, la mobilisation des ressources et la cohérence des actions menées. Il se charge également de la liaison entre les différents comités.

La composition du comité de gestion a été validée le **22 avril 2025**. Il compte alors **8 membres**. La première rencontre officielle du comité de gestion s'est déroulée le **30 avril 2025**.

Membres en 2025 *(Noms placés par ordre alphabétique)*

- Abbygail Bolduc-Tremblay** ● Étudiante-stagiaire, Université Bishop's
- Katherine Boisvert-Vigneault** ● Coordonnatrice à la recherche, Université de Sherbrooke
- Hélène Bruneau** ● Coordonnatrice terrain, Université de Sherbrooke
- Bassam Chiblak** ● Coordinateur de l'apprentissage expérientiel, Université Bishop's
- David Lanneville** ● Coordonnateur à la recherche, Université de Sherbrooke
- François Lauzier-Jobin** ● Professeur et responsable de la recherche, Université de Sherbrooke
- Josée Parent** ● Fondatrice et directrice générale, Mon Shack... Mes choix... Mon avenir!
- Julianne Turcotte** ● Étudiante-stagiaire, Université Bishop's



LE COMITÉ DE PILOTAGE

Le comité de pilotage est une instance de travail interdisciplinaire, intersectorielle et permanente de L'Univers-Shack. Il agit comme une instance stratégique et réflexive, qui accompagne le développement du laboratoire vivant dans une perspective d'innovation sociale et de transformation des pratiques en santé mentale.

La composition du comité de pilotage a été validée le **30 avril 2025**. Il compte alors **13 membres**.
La première rencontre officielle du comité de pilotage s'est déroulée le **9 octobre 2025**.

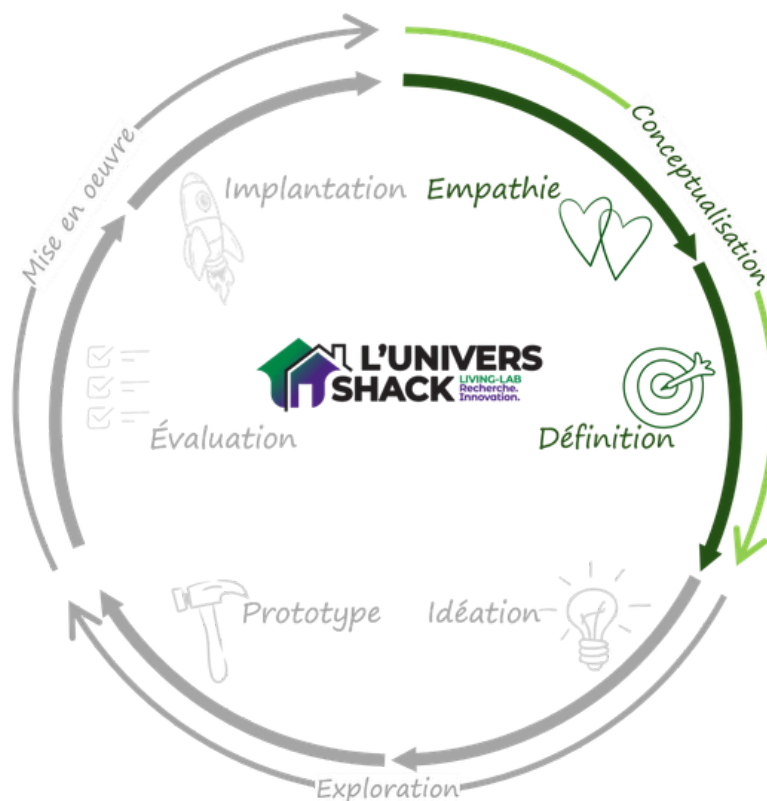
Membres en 2025 *(Noms placés par ordre alphabétique)*

- Abbygail Bolduc-Tremblay** ● Étudiante-stagiaire, Université Bishop's
- Katherine Boisvert-Vigneault** ● Coordinatrice à la recherche, Université de Sherbrooke
- Hélène Bruneau** ● Coordinatrice terrain, Université de Sherbrooke
- Bassam Chiblak** ● Coordinateur de l'apprentissage expérientiel, Université Bishop's
- Geneviève Cusson** ● Directrice générale de NEXCAP Fondation
- Mathieu Doucet** ● Locataire, Mon Shack... Mes choix... Mon avenir!
- Stéphane Fortin** ● Intervenant et coordonnateur, Centre hébergement alternatif de Sherbrooke
- David Lanneville** ● Coordinateur à la recherche, Université de Sherbrooke
- François Lauzier-Jobin** ● Professeur et responsable de la recherche, Université de Sherbrooke
- Juliana Monsalve** ● Intervenante, Mon Shack... Mes choix... Mon avenir!
- Josée Parent** ● Fondatrice et directrice générale, Mon Shack... Mes choix... Mon avenir!
- Anthony Tardif** ● Locataire, Mon Shack... Mes choix... Mon avenir!
- Julianne Turcotte** ● Étudiante-stagiaire, Université Bishop's



Afin d'atteindre ses objectifs, L'Univers-Shack s'appuie sur une démarche de laboratoire vivant qui mise sur la participation active des parties prenantes tout au long du processus de recherche. Cette approche favorise la cocréation de solutions adaptées aux réalités des participantes et participants.

La démarche de laboratoire vivant se déploie en plusieurs phases, allant de la conceptualisation, à l'exploration et à la mise en oeuvre. Au cours de cette première année, les actions se sont principalement concentrés sur la phase de conceptualisation. C'est une étape essentielle qui met les bases nécessaires au développement des prochaines phases du laboratoire vivant.



La recherche en chiffres

- 7** entrevues individuelles
- 6** entrevues de groupe
- 3** organismes communautaires d'hébergement en santé mentale participants
- 2** articles scientifiques en rédaction
- 2** affiches scientifiques
- 1** recension des écrits sur les laboratoires vivants en santé mentale

Les ateliers de cocréation du L'Univers-Shack sont un vecteur de parole pour les personnes touchées de près ou de loin par les problématiques de santé mentale.

Les ateliers de cocréation en chiffres

80 participations aux activités

3 ateliers de cocréation (juillet, septembre et octobre 2025)

1 activité de présentation de L'Univers-Shack (mai 2025)

En mai 2025, l'activité de présentation de L'**Univers-Shack** a permis aux locataires de découvrir le laboratoire vivant, son fonctionnement et ses objectifs. Cette activité constituait une première étape de mobilisation et visait à favoriser leur participation aux travaux de L'Univers-Shack, dont les ateliers de cocréation et le comité de pilotage.

Trois ateliers de cocréation

En 2025, trois ateliers de cocréation ont permis d'explorer les facteurs liés au rétablissement en santé mentale, d'abord à partir d'une réflexion intersectorielle, puis du point de vue des locataires de Mon Shack.

En juillet, un premier atelier a permis d'identifier et de classer dix facteurs influençant le rétablissement en santé mentale. Parmi ceux-ci, la stigmatisation, l'hébergement et l'*empowerment* sont ressortis comme les facteurs ayant la plus grande influence.





En septembre, les locataires ont ensuite été invités à préciser ce que signifie « être rétabli-e » pour eux, en identifiant les facilitateurs et les obstacles qui influencent leur parcours. Ces éléments ont été catégorisés selon le cadre commun de facteurs établi lors du premier atelier.

En octobre, les locataires ont poursuivi la réflexion en imaginant leur hébergement idéal pour soutenir leur rétablissement. Ils ont ensuite évalué la faisabilité de leurs propositions.

Les échanges ont révélé une fine connaissance des services auxquels ils ont accès et fait émerger une tension entre deux aspirations : le désir d'une vie normale et autonome et le besoin de pouvoir compter sur des services et du soutien lorsque cela est nécessaire.

La participation des personnes ayant une expérience vécue a directement contribué à structurer le projet. Leurs contributions ont permis d'établir un cadre commun des facteurs influençant le rétablissement, qui sert désormais de repère pour les activités de recherche et de cocréation. Elles ont également permis de préciser les besoins, les obstacles et les étapes du rétablissement à partir de leur expérience, ainsi que de faire ressortir l'importance d'un équilibre entre autonomie et soutien dans les milieux d'hébergement. Ces constats orientent les réflexions et les projets pilotes à venir de L'Univers-Shack.

Au terme de sa première année d'activités, L'Univers-Shack a franchi plusieurs étapes structurantes qui jettent les bases de son développement et de ses retombées futures.



Mettre en place L'Univers-Shack et mobiliser les parties prenantes

- Établir la structure de gouvernance et des mécanismes de collaboration;
- Définir les rôles et responsabilités des membres, les mandats et les principes de fonctionnement des instances de gouvernance;
- Créer, animer et coordonner les 4 instances de gouvernance favorisant la participation de personnes ayant une expérience vécue en santé mentale;
- Élaborer et mettre en place des mécanismes de décision et de communication entre les instances de gouvernance;
- Amorcer des partenariats intersectoriels mobilisant les secteurs citoyen et communautaire, académique et privé;
- Développer une compréhension commune des objectifs de L'Univers-Shack ainsi que de la contribution potentielle de chaque membre à la mission.
- Mettre en place des outils de gestion et des mécanismes de suivi permettant de planifier, de documenter et de suivre l'avancement des activités;
- Créer des liens de confiance entre les parties prenantes;
- Clarifier les besoins, attentes et priorités des parties prenantes;
- Mobiliser les personnes ayant une expérience vécue dans trois ateliers de cocréation sur le rétablissement et l'hébergement;
- Intégrer leurs savoirs et expériences à la démarche, notamment pour établir un cadre commun des facteurs influençant le rétablissement et orienter les réflexions sur les besoins, les obstacles et l'équilibre entre autonomie et soutien.



Former du personnel et des futurs professionnels

- Renforcer l'expertise de l'équipe par la participation à 24 heures de formation sur la méthodologie des laboratoires vivants, dispensée par le Réseau européen des laboratoires vivants (ENOLL);
- Accompagner deux stagiaires universitaires contribuant aux activités de recherche de L'Univers-Shack.



Contribuer à l'avancement des connaissances scientifiques

- Documenter les connaissances scientifiques existantes sur les instances de laboratoires vivants en santé mentale (revue de la portée);
- Recenser les besoins, les pratiques existantes et les enjeux liés au développement d'un modèle d'hébergement en santé mentale;
- Rédiger un protocole de recherche;
- Adapter un questionnaire pour l'auto-évaluation du rétablissement;
- Réaliser et présenter deux affiches scientifiques par les stagiaires universitaires.



Mobiliser et croiser des savoirs intersectoriels

- Réaliser 13 entrevues auprès des parties prenantes;
- Tenir une rencontre d'information et trois ateliers de cocréation impliquant 80 personnes participantes au total;
- Identifier dix facteurs ayant le plus d'influence sur le rétablissement selon les personnes locataires ayant vécu ou vivant avec des problématiques de santé mentale;
- Repérer les premiers enjeux des services en santé mentale;
- Élaborer une infographie résumant les faits saillants de l'atelier de cocréation *Que signifie « mon rétablissement »?*



Formation de la relève

L'Univers-Shack contribue à la formation de la relève en offrant un environnement d'apprentissage ancré dans les réalités des personnes vivant ou ayant vécu avec une problématique de santé mentale.



JULIANNE TURCOTTE

Stagiaire été 2025 - 2e année du baccalauréat en psychologie - Université Bishop's

Julianne a effectué son stage en se concentrant sur les thématiques de *l'empowerment*, du laboratoire vivant en santé mentale et de la coconstruction avec la communauté. Ses travaux ont permis une meilleure compréhension des besoins pour favoriser *l'empowerment* des personnes vivant avec une problématique de santé mentale.

ABBYGAIL BOLDUC-TREMBLAY

Stagiaire été 2025 - 2e année du baccalauréat en psychologie - Université Bishop's

Abbygail a contribué à l'adaptation d'un questionnaire d'auto-évaluation du rétablissement destiné aux personnes vivant ou ayant vécu avec une problématique de santé mentale. Ses travaux ont permis de le rendre plus facile à comprendre pour les futurs répondantes et répondants.



« Mon stage fût une expérience unique, au centre de la conversation entre la théorie, la pratique et les locataires. [...] Ce stage était un moment clé dans mon parcours, et aujourd'hui je sais que les compétences acquises à l'Univers-Shack vont me suivre tout au long d'une carrière académique. » Abbygail Bolduc-Tremblay



Les travaux de la prochaine année s'articuleront autour des orientations suivantes :

Mobiliser et engager des parties prenantes

Consolider trois nouvelles instances de gouvernance : le comité de recherche, le comité des trois partenaires et le comité des directions des organismes;
Recruter et intégrer de nouveaux membres aux comités de pilotage et de recherche.

Renforcer la capacité de recherche et d'innovation de L'Univers-Shack

Poursuivre la modélisation de Mon Shack, principal chantier de L'Univers-Shack;
Continuer la collecte de données pour l'an 2 auprès des parties prenantes;
Identifier les enjeux prioritaires et les pistes de solution à l'égard du rétablissement.

Augmenter la visibilité et le rayonnement de L'Univers-Shack

Créer la page Web de L'Univers-Shack;
Produire des articles et des affiches scientifiques;
Développer des produits de transfert de connaissances destinés à un public non scientifique.

REMERCIEMENTS



La Source-Soleil



Canada 



**Fondation
Molson**



Centre d'hébergement
alternatif de Sherbrooke