

BILAN ANNUEL

24

25

ÉDITORIAL

Propulser le numérique en santé mentale

Le rapport d'activité 2024-2025 du Centre d'expertise en technologie de l'information en santé mentale, dépendance et itinérance (CETI-SMDI) illustre une année d'intensification et de structuration de ses projets. En s'appuyant sur des expertises complémentaires et des partenariats solides, le CETI-SMDI a poursuivi son rôle de leader dans le développement de solutions numériques en santé mentale.

La 1^{ère} journée annuelle en santé mentale numérique, la mise en ligne d'AppSanteMentale.ca et le début du projet pilote « Un village » au cours de l'année témoignent de la maturité croissante de l'écosystème du CETI-SMDI.

La reconnaissance externe du CETI-SMDI à travers plusieurs prix confirme la pertinence de notre mission et la confiance accordée à notre démarche. Fort de ces avancées, le CETI-SMDI réaffirme son ambition de devenir un acteur incontournable dans le déploiement des technologies numériques pour la santé mentale au Québec, au bénéfice de la population.

Le comité directeur du Centre d'expertise en technologie de l'information en santé mentale, dépendance et itinérance (CETI-SMDI)

Jonathan Brière, Président-directeur général adjoint, CIUSSS-EMTL;

Jennifer Dahak, co-directrice CETI-SMDI, adjointe-cadre au Président-directeur général adjoint, CIUSSS-EMTL;

Stéphane Guay, co-directeur scientifique CETI-SMDI, directeur scientifique Centre de recherche – IUSMM;

Isabelle Ouellet-Morin, co-directrice scientifique CETI-SMDI, chercheure Centre de recherche – IUSMM.






SOMMAIRE

MISSION ...	01
VISION ...	01
VALEURS ...	02
OFFRE DE SERVICE ...	03
NUMÉRIQUE ET SANTÉ MENTALE ...	04
TRANSFERT DES CONNAISSANCES ...	07
COMMUNIQUER ...	10
RETROUVER SON ENTRAIN ...	11
ALLER MIEUX À MA FAÇON	12
TOI,MOI,BÉBÉ ...	13
APPSANTEMENTALE.CA ...	14
PROJET <i>UN VILLAGE</i>	15
APPEL À SOLUTIONS ...	16
RAYONNER ...	17

MISSION

La mission du CETI-SMDI est d'accélérer la transformation numérique des services dans les sphères de la santé mentale, de la dépendance et de l'itinérance et vise à :

-  **Accroître l'accessibilité** des services grâce à des **solutions numériques inclusives** et adaptées aux besoins des citoyens et partenaires;
-  Encourager l'**innovation technologique**, avec des outils **validés scientifiquement** pour promouvoir la santé psychologique;
-  Intégrer des **technologies de pointe** comme les applications mobiles, la réalité virtuelle et l'intelligence artificielle pour offrir des solutions novatrices et sécurisées.

VISION

Ainsi, le CETI-SMDI propose une vision dynamique tournée vers l'avenir :

Devenir un leader incontournable de l'innovation numérique dans l'offre de soins et de services en santé mentale, dépendance et itinérance, résolu à fournir à la population québécoise un ensemble d'outils numériques diversifiés, adaptés et éprouvés, dans le but d'améliorer la santé psychologique et de promouvoir l'accès à une nouvelle gamme de services.



VISITEZ LE SITE WEB

VALEURS

1

COLLABORATION

Faire preuve de leadership clinique, scientifique et technologique pour rassembler les collaborateurs du réseau de la santé et des services sociaux, les usagers et citoyens partenaires dans les domaines de la recherche, de l'innovation numérique et de l'entrepreneuriat social en santé mentale, dépendance et itinérance.

2

EXCELLENCE

Offrir un accompagnement de haute qualité pour la réalisation de projets numériques innovants alliant les diverses sphères cliniques, scientifiques et techniques grâce aux compétences multidisciplinaires du CETI-SMDI.

3

PERTINENCE

Tenir compte des besoins populationnels et des priorités actuelles pour réaliser des projets numériques d'une grande pertinence clinique et qui permettront l'élargissement de l'accès à une nouvelle gamme de services.

OFFRE DE SERVICE

POUR LE PUBLIC

- Des outils recommandés et sécuritaires;
- Un choix d'outils d'autosoin, d'autogestion et d'accompagnement qui correspondent à leurs besoins;
- Des outils numériques pertinents coconstruits dans un souci de stimulation de l'engagement;
- Des outils numériques à la fine pointe de la technologie.



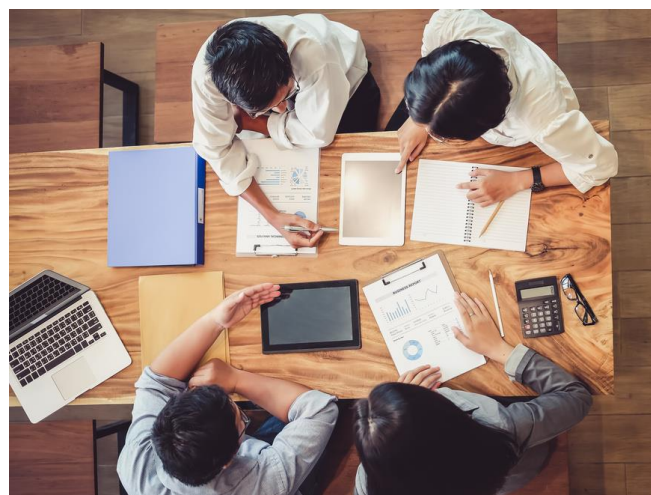
POUR LES CLINICIENS

- Des outils sécuritaires à recommander, basés sur des données probantes, dont l'efficacité est éprouvée;
- Des outils développés en collaboration avec les utilisateurs qui répondent ainsi aux besoins réels du terrain;
- Des informations, des formations et des activités de transfert de connaissances;
- Une transformation des pratiques.



POUR LES CHERCHEURS ET ENTREPRISES

- Un travail collaboratif permettant de mettre autour d'une même table les développeurs et les futurs utilisateurs;
- Un espace de collégialité et d'échange sur les meilleures pratiques entourant le développement d'outils numériques;
- Une meilleure compréhension de l'écosystème numérique.



NUMÉRIQUE ET SANTÉ MENTALE

L'année 2024-2025 a confirmé l'élan mondial autour de la santé mentale numérique. En septembre 2024, la Commission de la santé mentale du Canada a dévoilé une stratégie nationale en cybersanté mentale, soulignant l'importance croissante de ces outils dans les parcours de soins.

1. AVANCÉES CONCRÈTES

Le CETI-SMDI a développé une **grille d'évaluation construite avec des experts** utilisée lors de son premier appel à solutions. Il a lancé **des formations pour les professionnels** (voir p.5-6) et a créé ***AppSanteMentale.ca*** (voir p. 13), une collection gouvernementale d'applications dédiées à la santé mental et au bien-être.

3. PROTECTION DES DONNÉES

L'entrée en vigueur **des lois 5 et 25** au Québec a **renforcé les exigences en matière de protection des données, notamment dans le domaine de la santé**. Ces avancées soulignent l'importance d'un **encadrement rigoureux** et d'une gouvernance exemplaire **dans le numérique**.

2. INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

L'année a été marquée par des **réflexions éthiques et légales**, notamment autour de l'Intelligence artificielle. Le ministère de la Cybersécurité et du Numérique (**MCN**) a d'ailleurs publié un **énoncé de dix principes** pour guider les organismes publics vers une **utilisation responsable de l'intelligence artificielle**.

4. PRÉPARER LES ANNÉES À VENIR

Le CETI-SMDI prévoit **l'évolution de ses cadres de gouvernance** et le transfert vers **l'infonuagique**, afin d'**assurer la conformité, la sécurité et l'intégration responsable de l'IA**.

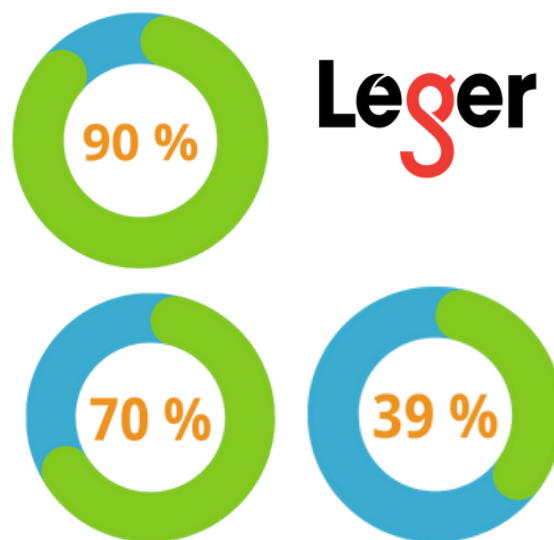
NUMÉRIQUE ET SANTÉ MENTALE

Afin d'éclairer les besoins et les comportements liés au numérique en santé mentale, le CETI-SMDI a fait appel à Léger Marketing pour réaliser un sondage auprès de 1 250 répondants.

1. PRINCIPAUX CONSTATS

La majorité (90%) des répondants se disent **à l'aise avec les technologies numériques**.

Plusieurs **connaissent** (70%) et **utilisent déjà** (39%) des **outils en santé mentale**, surtout ceux ayant vécu des enjeux récents.



2. CHOIX ET ATTENTES

Les recommandations des **proches, des professionnels et les recherches personnelles** guident le choix des outils. Les attentes principales des utilisateurs sont **l'accessibilité, le développement par des experts, et le respect de la confidentialité**.

3. FORCES ET DÉFIS

Les outils numériques sont appréciés pour **leur accessibilité, leur flexibilité et leur autonomie**. Les freins incluent **l'absence de besoin perçu, la préférence pour le contact humain et le souhait de limiter le temps d'écran**.



CARTOGRAPHIE STEPPED CARE SOLUTIONS

En 2024-2025, le CETI-SMDI a conclu un partenariat avec le groupe Stepped Care Solutions (SCS) afin de produire un **modèle de soins par étapes en santé mentale numérique à la fois pour les adultes et pour le volet jeunesse**.

LE PROCESSUS DE CONSULTATION

- **Recueillir les perceptions** de personnes susceptibles d'avoir des points de vue différents à l'échelle de la province du Québec ;
 - **Deux rencontres en ligne d'exploration** et de partage avec des personnes ayant de l'expérience vécue de l'accès aux services de santé mentale, dépendance et itinérance au Québec ;
 - **Une rencontre d'exploration générale** de l'état actuel et de partage tenue avec des chercheurs en santé mentale, des employés du service public québécois ou d'organismes communautaires ;
 - **Deux séries de rencontres** comprenant chacune une rencontre d'exploration générale de l'état actuel et un atelier de réflexion destinées à générer des idées et des réflexions.
 - Une série était dédiée à la clientèle adulte
 - Une série était dédiée à la clientèle jeunesse (21 ans et moins).

À l'heure de l'écriture du sommaire, la cartographie des services en santé mentale au Québec est en **phase d'analyse et de consolidation**.

À la fin, ce projet se matérialisera par **un rapport accompagné par deux cartographies** de soins et services en santé mentale numérique (jeunes et adultes) précisant le **portrait actuel de services numériques** selon un modèle de soins par étapes.

TRANSFÉRER LES CONNAISSANCES

En 2024-2025, le CETI-SMDI a tenu sa **première journée annuelle en santé mentale numérique** (JASMN).

Cette journée en mode hybride se voulait une occasion de démystifier la santé mentale numérique au travers de conférences, ateliers pratiques et kiosques interactifs.

Ainsi, les participants ont pu :

- Découvrir des solutions adaptées à divers publics;
- Identifier des synergies avec d'autres acteurs du réseau;
- Explorer les pratiques exemplaires d'implantation et de cybersécurité.



140

Participants en présentiel



500

Participants à distance



19

Conférenciers



4,41/5

Satisfaction

Une **prochaine édition confirmée** de la Journée annuelle en santé mentale numérique (fin 2025) devrait poursuivre son exploration des avancées technologiques dans ce domaine.

TRANSFÉRER LES CONNAISSANCES

Après le **succès des webinaires** en 2023-2024, le CETI-SMDI en 2024-2025 a **poursuivi sa lancée** afin de permettre à tous de comprendre et d'utiliser les outils numériques à disposition.



+7
Webinaires



+4 000
Spectateurs



+27
Panélistes
invités



93%
Satisfaction

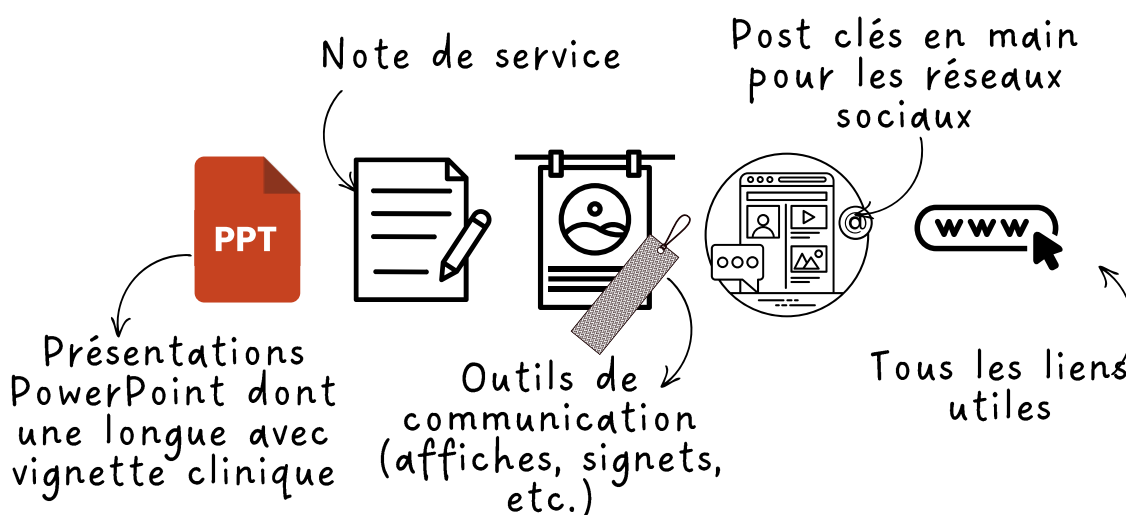


Pour 2025-2026, le CETI-SMDI finalise la planification des prochains webinaires. Ils surviendront périodiquement jusqu'à huit fois dans l'année. Pour être informé, [inscrivez-vous à la liste de diffusion](#).

TRANSFÉRER LES CONNAISSANCES

Le CETI-SMDI travaille aussi au développement de **formations à l'attention du personnel clinique, de recherche, d'entreprises sociales et de tous les autres professionnels** de la santé de la province.

Pour accompagner le déploiement des outils, des **trousses de déploiement** spécifiques ont été conçues. Elles permettent d'encourager l'utilisation et la recommandation de ces outils et de transmettre efficacement toutes les informations nécessaires pour son utilisation et son intégration aux services existants.



En 2025-2026, le CETI-SMDI prévoit démarrer ses travaux entourant le **déploiement d'une capsule de formation ENA** pour renforcer les compétences en littératie numérique des professionnels du réseau. Des **tutoriels ciblés** et des **fiches synthèses scientifiques** sur des enjeux comme l'intelligence artificielle et la santé mentale, sont également en développement, afin de soutenir un accès à des ressources numériques fiables.

COMMUNIQUER



+3
infolettres



+ 3122
abonnés



66,5%
d'ouverture

En 2024-2025, le CETI-SMDI a fièrement **amorcé la diffusion de son infolettre**. La première a été distribuée en décembre 2024. L'objectif est de mobiliser les savoirs autour de l'utilisation de la technologie en santé mentale, dépendance et itinérance.

En 2025-2026, une programmation saisonnière est prévue.



VISITEZ NOTRE SITE !
ciuss-estmtl.gouv.qc.ca/ceti-smdi

Il y a un an, le CETI-SMDI a eu l'occasion de lancer sa **page corporative LinkedIn** qui permet de rejoindre toutes les personnes intéressées par la santé mentale numérique de façon plus directe et rapide.



1077
abonnés



13.5%
d'engagement

REJOIGNEZ NOUS :
linkedin.com/company/ceti-smdi

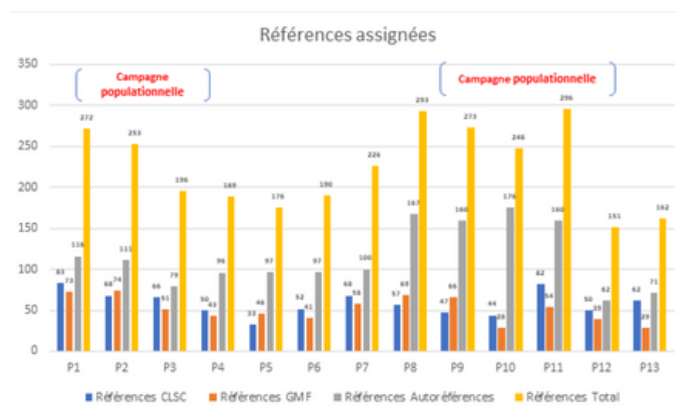
Le CETI-SMDI a mené une tournée de présentations dans plus de dix établissements afin de faire connaître sa mission, ses champs d'action et les outils numériques qu'il accompagne. Ces rencontres ont favorisé leur appropriation et leur intégration dans les milieux cliniques et organisationnels.

En 2024-2025, le CETI-SMDI a soutenu *Retrouver son entrain* dans ses démarches visant à **renforcer sa présence en région**, à **faciliter l'accès** pour la population et à **consolider les liens** avec les services psychosociaux pour une meilleure orientation des usagers.

Cette année a également été marquée par une demande accrue, menant pour la première fois à l'apparition de listes d'attente.

» Le programme a enregistré une hausse de fréquentation (+12,5 %)

» 84 % des participants ont indiqué que leur qualité de vie s'est améliorée grâce au programme



» RSE est utilisé majoritairement en autoréférence qui augmente lors des campagnes populationnelles réalisées par l'ACSM-QC

» Les volets jeunesse et numérique gagnent à être mieux connus



Retrouver son entrainMC est un programme d'autosoins conçu pour aider les adultes et les jeunes de 14 ans et plus à mieux gérer le stress, la tristesse, leurs inquiétudes, l'irritabilité et la colère, ainsi que les symptômes dépressifs ou anxieux. À l'aide de cahiers d'exercices et d'une personne accompagnatrice formée pour les guider par téléphone, **Retrouver son entrain MC** aide les participants à acquérir les compétences nécessaires pour améliorer leur santé mentale.

L'**Association canadienne pour la santé mentale division du Québec** offre ce service gratuitement à la population québécoise grâce au financement du MSSS et au partenariat avec le CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal.



Aller mieux... à ma façon

Le CETI-SMDI accompagne également *Aller mieux à ma façon* dans son déploiement et sa diffusion dans le réseau de la santé et des services sociaux (RSSS). En 2024-2025, **plusieurs avancées ont été réalisées dans le développement de l'actif**, en optimisant son ergonomie et son contenu.

L'**expérience utilisateur** a été améliorée grâce à une navigation plus intuitive et des formulaires simplifiés. Le site a été mis en **conformité avec les lois sur la protection des données**, avec des politiques juridiques revues et un cadre de gestion structuré. La stratégie de diffusion a été actualisée avec une **trousse de déploiement bonifiée**.

Le CETI-SMDI offre également son soutien pour le **marketing digital**. Ainsi, en plus des publications sur les réseaux sociaux du CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal, une campagne de publicité au coût par clic a été réalisée et a donné des résultats positifs :

» La campagne a permis 57 065 visites sur le site

» Le nombre de comptes créés a bondi de 60 %, atteignant 6 309



Aller mieux à ma façon est un outil de soutien à l'autogestion visant l'équilibre et le bien-être de ses utilisateurs en favorisant le rétablissement. Offert gratuitement, l'outil permet de créer un plan d'autogestion des difficultés liées à l'anxiété, la dépression et/ou la bipolarité grâce à une banque d'idées formulées par des personnes en rétablissement directement concernées par les troubles mentionnés.

L'outil issu de la collaboration du **CR-IUSMM**, du **Laboratoire Vitalité** de l'UQAM et de l'organisme **Relief**, a été développé par un comité d'experts regroupant des personnes en rétablissement d'un trouble de santé mentale, des cliniciens, des gestionnaires et des chercheurs.

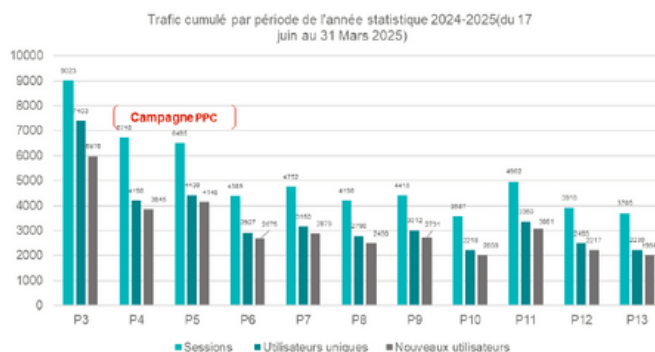


TOI, MOI, BÉBÉ

En juin 2025, Toi, Moi, Bébé (TMB) a célébré son **premier anniversaire**. Le CETI-SMDI a contribué à faire **croître la notoriété** de TMB depuis son lancement en accompagnant activement son déploiement et sa diffusion au sein du réseau de la santé et des services sociaux (RSSS).

Le CETI-SMDI a, notamment, soutenu les efforts de **marketing digital**, notamment par une campagne publicitaire au coût par clic (PPC).

- » La campagne PPC menée à l'été 2024 a généré 2 380 visites et 160 comptes
- » Un webinaire en juin 2025 a rassemblé 171 participants
- » Une étude menée par Dre Sylvana Côté a confirmé l'efficacité de TMB et a suscité des demandes médiatiques
- » L'outil a été positivement évalué par la Commission de la santé mentale du Canada et ORCHA en vue d'une diffusion pancanadienne



Toi, Moi, Bébé est un programme en ligne gratuit conçu pour favoriser la santé mentale et le bien-être des futurs et nouveaux parents. Il offre des stratégies pratiques, des capsules vidéo et des bandes dessinées permettant de « prendre soin de soi pour mieux prendre soin de son bébé ». Il s'adresse aux nouvelles mamans et aux futurs parents, à leur entourage ainsi qu'aux professionnels et professionnelles en santé périnatale et en santé mentale.

Issu de la collaboration du CETI-SMDI avec le **Centre hospitalier universitaire Sainte-Justine**, Toi, Moi, Bébé est le premier outil gratuit d'autosoins numériques en français qui vise à promouvoir le bien-être et soutenir la santé mentale des nouvelles mamans et futurs parents.



En juin 2025, le CETI-SDMI a lancé la toute **première collection gouvernementale québécoise d'applications mobiles** en santé mentale et mieux-être. L'objectif est de **faciliter l'accès à des applications fiables** en santé mentale, sélectionnées par des professionnels, proches et patients partenaires.

Le CETI-SMDI a mis en place une **gouvernance structurée**, impliquant un **comité directeur stratégique**, un **groupe de travail opérationnel** et un **groupe testeur**.

Depuis le lancement, plusieurs articles et entrevues dans les médias ont permis de faire connaître *AppSanteMentale.ca*



62,798
visites



18,580
pages d'applications
consultées



7,374
applications
ouvertes

Dans la même lignée, un **webinaire de lancement a eu lieu à la fin septembre 2025**. Une trousse de déploiement est également en construction et sera bientôt disponible.



AppSanteMentale.ca est une **collection gouvernementale d'applications mobiles en santé mentale et mieux-être**. Le site internet offre une sélection de 19 applications minimalement bilingues, classées actuellement selon six thématiques de santé mentale et mieux-être, disponibles sur *AppStore* et *Google Play Store*.

Elles ont été rigoureusement évaluées par un groupe d'experts variés : cliniciens, patients/proches/citoyens partenaires, experts en technologies et acteurs communautaires. Le résultat de l'évaluation est disponible pour chaque application afin de faire un choix éclairé selon ses besoins. AppSanteMentale.ca simplifie la recherche, rassure à l'utilisation, soutient l'autosoin et l'autogestion.



PROJET PILOTE : UN VILLAGE

En 2024-2025, le CETI-SMDI coordonne avec Relief et Telus Santé dans le cadre du **projet pilote : Un village**. L'objectif est d'**offrir des soins et services en santé mentale** aux adultes de 18 à 65 ans en attente de services, en proposant un **parcours de soins numérique soutenu par l'intelligence artificielle**.

Le projet pilote vise à **évaluer** les **bénéfices cliniques, l'implantation et la pertinence de la solution** auprès des usagers de deux établissements vitrines : le CISSS du Bas-Saint-Laurent et le CISSS de Chaudière-Appalaches.



2

établissements
participants



240

patients
visés

La **phase initiale** a permis de finaliser, notamment, les **ententes contractuelles**, tenir des **rencontres techniques**, soutenir l'appropriation technologique par le CETI-SMDI, définir les **critères d'inclusion** et élaborer un **cadre d'évaluation** avec des indicateurs de performance.

En 2025-2026, le CETI-SMDI prévoit, entre autres, la mise en place de la **gouvernance**, le **déploiement technologique** sécurisé de la plateforme OPTT, et la **formation des intervenants** en vue du démarrage avant la fin d'année. Un **cadre d'évaluation final** est aussi en co-construction pour évaluer les suites du projet.



Le projet pilote **Un Village** offrira un panier de services complémentaires d'intensité variable dont la sélection sera appuyée par l'intelligence artificielle. Un nombre de places sera disponible pour faire profiter les usagers en liste d'attente de services tels qu'un **accompagnement individuel ou en groupe en autogestion, une thérapie cognitivo-comportementale numérique (TCCi)** et différents autres soins. Enfin, la solution *Un Village* visera à **permettre la continuité des soins de l'utilisateur** par la production de rapports destinés à un médecin de famille ou un infirmier praticien spécialisé (IPS).

APPEL À SOLUTIONS

Trois outils numériques ont été retenus pour une mise à l'échelle provinciale dans le cadre du premier appel à solutions du CETI-SMDI en mai 2024. Il visait à mobiliser les innovateurs et créateurs de solutions en santé mentale numérique ciblant les troubles de santé mentale courants et ayant déjà un haut niveau de maturité technologique.



 Mes outils



 RESILIENT



 équiliba



3
lauréats



18
candidatures



17
experts sur le
comité
d'évaluation

Le soutien à la mise à l'échelle des solutions retenues est en cours. *Mes outils* serait la première à être déployée à la fin 2025.

Pour évaluer les projets soumis, le CETI-SMDI s'est entouré d'un ensemble d'experts regroupés dans le **1er comité provincial d'évaluation et de sélection des outils numériques en santé mentale**. Ainsi, 6 chercheurs en santé mentale numérique, 2 cliniciens, 3 représentants d'entreprises TI et design numérique, 2 spécialistes en cybersécurité, 1 spécialiste légal, 1 spécialiste en éthique, et 2 patients partenaires se sont réunis pour coconstruire un outil d'évaluation complet et pratique afin d'analyser les solutions numériques candidates.

La **grille d'évaluation** structurée a permis d'analyser les outils numériques selon cinq axes : clinique, expérience utilisateur, éthique, confidentialité et technique.

RAYONNER

Tout au long de l'année 2024-2025, le CETI-SMDI a assuré des **tournées de présentation**.

Le CETI-SMDI a également reçu deux **prix distinctifs** soit le « **Prix Jean-Paul Marsan - Innovation** » au gala des prix Hippocrate et le « **Prix d'excellence Collaboration scientifique** » de l'**Institut d'administration publique du Québec (IAPQ)** qui met en valeur sa **démarche de collaboration et de ses appuis scientifiques**. Notamment, la création du premier comité provincial d'évaluation des outils numériques en santé mentale et le développement de la première grille d'évaluation scientifique pour guider les choix des nouveaux outils à accompagner.



En 2025-2026, le CETI-SMDI prévoit une **présence diversifiée dans des événements phares** choisis avec minutie au Québec et au Canada sur le sujet de la santé mentale et, notamment, sur le potentiel du numérique. Le CETI-SMDI a d'ailleurs été **sélectionné pour présenter son mandat** et ses activités à l'occasion du **e-MHIC 2025** qui se déroulera en novembre à Toronto. Il s'agit d'un événement international, majeur en santé mentale numérique, qui permettra de faire rayonner le Québec.

MOT DE CLOTÛRE

Après une année de réalisations, le CETI-SMDI se tourne vers l'avenir avec ambition. Il vise à consolider ses projets, asseoir sa notoriété au sein du réseau et enrichir ses connaissances des besoins populationnels et maximiser le rayonnement de ses outils et ceux de ses partenaires.



Fédérer un réseau de parties prenantes dans tous les domaines de la santé mentale numérique est essentiel au succès du CETI-SMDI. Fidèle à ses valeurs de collaboration, d'excellence et de pertinence, le CETI-SMDI aspire à jouer un rôle de catalyseur et de référence en santé mentale numérique, dépendance et itinérance.

Le CETI-SMDI continuera à animer le réseau et à fédérer l'écosystème scientifique, entrepreneurial et communautaire. La santé mentale numérique est au cœur du Plan d'action interministériel en santé mentale 2022-2026, et le CETI-SMDI reste guidé par la clé : « S'unir pour un mieux-être collectif ».

Merci aux collaborateurs de tous horizons pour leur soutien et leur engagement. Ensemble, la progression se poursuit pour le bien-être de tous.

Le comité directeur du Centre d'expertise en technologie de l'information en santé mentale, dépendance et itinérance (CETI-SMDI)

Propulser le numérique en santé mentale

CONTACT :

cetismdi.cemtl@ssss.gouv.qc.ca

Institut universitaire en santé mentale
de Montréal
Annexe 12, 3e étage
7401, rue Hochelaga
Montréal (Québec) H1N 3M5

