

Les Centres de ressources périnatales (CRP), des partenaires essentiels pour accompagner les futurs et nouveaux parents dans une période charnière

La période périnatale : le moment idéal pour agir en prévention

La période périnatale, qui s'étend **de la grossesse jusqu'à la deuxième année de vie de l'enfant**, est marquée par de grands bouleversements et d'importantes adaptations pour les parents. Elle est aussi déterminante pour le développement de l'enfant. Le lien d'attachement et le sentiment de compétence parentale qui s'y construisent influenceront durablement la relation parent-enfant. Les bases du développement affectif, cognitif et social de l'enfant sont influencées par la qualité des interactions avec ses parents, le soutien reçu par ceux-ci et les conditions de vie familiales.

Les travaux du prix Nobel d'économie James Heckman démontrent que la période périnatale est le moment le plus rentable pour agir en prévention, puisque les interventions sont les moins coûteuses et les impacts sont les plus significatifs.

James J. Heckman, « Skill Formation and the Economics of Investing in Disadvantaged Children », Science, vol. 312, no 5782, 2006, p. 1900-1902.

Des familles aux réalités de plus en plus complexes

Selon un sondage mené à l'échelle du Québec par le RCRPQ en 2026 :

- **31 % des parents** d'enfants de 4 ans ou moins rapportent des **symptômes dépressifs**;
- **37 %** vivent de **l'anxiété** affectant leurs activités quotidiennes;
- **1 parent sur 2** dit avoir une **santé mentale fragile**;
- **1 parent sur 2** ressent de la **solitude**;
- **1 parent sur 5** identifie **l'isolement social** comme un défi majeur depuis la naissance de son enfant.

Les parents sont nombreux à vivre de la détresse après la naissance de leur enfant. Cela est d'autant plus préoccupant que plusieurs familles cumulent des facteurs de vulnérabilité et peinent à se loger convenablement, à se nourrir adéquatement et à assumer les coûts liés à l'arrivée d'un enfant. Les demandes d'aide augmentent et les interventions exigent plus de temps, de ressources et d'expertise en périnatalité et en santé mentale périnatale.



Le modèle CRP : des services spécialisés sous un même toit

Les CRP sont des **organismes communautaires spécialisés en périnatalité, avec un volet d'économie sociale**. Leur approche universelle reconnaît que tous les parents peuvent avoir besoin de soutien durant cette transition, tout en modulant les services selon les réalités et les vulnérabilités.

Ils offrent notamment :

- du soutien à domicile (relevailles);
- des rencontres prénatales et postnatales;
- des causeries et des groupes d'entraide;
- des activités parent-enfant et des ateliers pour outiller;
- du soutien en allaitement et de l'accompagnement à la naissance;
- des activités physiques prénatales et postnatales adaptées;
- de l'écoute, de l'information et de l'orientation vers les ressources appropriées.

De par leur expertise spécifique en périnatalité, les CRP contribuent à :

- soutenir le lien d'attachement et le développement optimal de l'enfant;
- outiller sur la grossesse, l'accouchement, le post-partum et l'allaitement;
- prévenir la détresse psychologique et favoriser la santé mentale périnatale;
- briser l'isolement et soutenir les familles qui cumulent des vulnérabilités;
- valoriser l'engagement des pères et des partenaires, ainsi que la coparentalité;
- soutenir le pouvoir d'agir, les droits et le choix éclairé des parents.



Les CRP agissent en complémentarité et en collaboration avec le réseau de la Santé et des Services sociaux. Leur proximité, la continuité de leur accompagnement et le lien de confiance établi avec les familles favorisent le repérage précoce des difficultés, l'accès au soutien avant que les situations ne s'aggravent et permettent de réduire la pression sur le réseau public. Ils constituent un maillon essentiel du continuum périnatal.

Le RCRPQ : une force nationale au service des futurs et nouveaux parents

Fondé en 1999, le **Réseau des Centres de ressources périnatales du Québec (RCRPQ)** mobilise, soutient et représente les 30 CRP présents dans 16 régions du Québec. Grâce à l'expertise et l'ancrage de ses membres sur le territoire, le RCRPQ est un partenaire stratégique pour coconstruire avec le gouvernement une offre périnatale communautaire accessible, cohérente et de qualité partout au Québec. Faire des CRP des partenaires du continuum périnatal, c'est investir tôt et renforcer le réseau public.

