«Voix silencieuses»

Santé mentale, identité et héritage migratoire des jeunes Québecois d'origine maghrébine (15-29 ans)

Conférence de dévoilement | Montréal,
le 17 septembre 2026

PRÉSENTÉE PAR

El Amine Serhani, Ph.D.

Directeur de l'étude

Centre d'Écoute et d'Aide pour les Maghrébins du Québec

Conseil de la Communauté Maghrébine au Québec

Le corpus de l'étude

Deux ans d'écoute, de collecte et d'analyse : 2024-2026

4 907
personnes dans le corpus

1 608
sondages remplis

1 921
rapports cliniques

35
dimensions documentées

6
axes d'analyse

5
pays du Maghreb

16
régions cartographiées

15–29
ans, la population visée

Source : CEAMQ, étude Voix silencieuses, 2026 : 4 907 personnes, 1 608 sondages, 1 921 rapports cliniques

PREMIÈRE PARTIE

La valise invisible de la première génération

Ce que chaque immigrant transporte sans que personne ne le voie.



Elle ne passe aucun contrôle

Ce que l'arrivée au Québec vérifie, et ce qu'elle ne voit pas

CE QUI EST VÉRIFIÉ

- Le passeport
- Les formulaires
- Les bagages déclarés

CE QUI TRAVERSE SANS ÊTRE OUVERT

- Représentations du monde
- Croyances
- Traumatismes liés à la colonisation
- Codes familiaux
- Deuils non résolus
- Espoirs

La valise invisible ne figure sur aucun formulaire d'immigration.

Source : CEAMQ, étude Voix silencieuses, 2026 : 4 907 personnes, 1 608 sondages, 1 921 rapports cliniques

Ce que contient la valise

Six contenus documentés par l'étude

01

Représentations du monde

La grille de lecture apportée du pays d'origine.

02

Croyances

Ce qui se transmet sans jamais se discuter.

03

Traumatismes liés à la colonisation

Ce que le départ a brisé et que rien n'a réparé.

04

Codes familiaux

Les règles implicites de la maison.

05

Deuils non résolus

Les absents qu'on n'a pas pu pleurer.

06

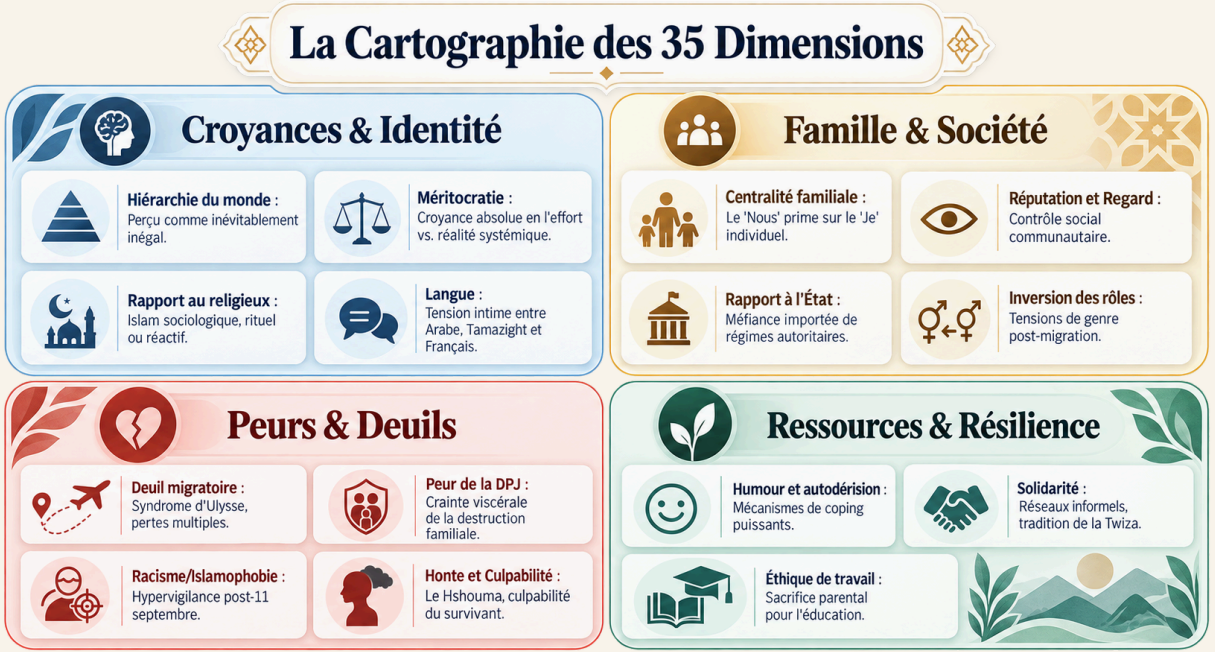
Espoirs

Ce que la migration devait rendre possible.

Source : CEAMQ, étude Voix silencieuses, 2026 : 4 907 personnes, 1 608 sondages, 1 921 rapports cliniques

Trente-cinq contenus

35 dimensions documentées, rangées dans six axes d'analyse



Source : CEAMQ, étude Voix silencieuses, 2026 : 4 907 personnes, 1 608 sondages, 1 921 rapports cliniques



LA VALISE INVISIBLE

Traumas, peurs, angoisses, croyances, blessures, valeurs

Le bagage immatériel arrive avec la famille, sans figurer sur aucun formulaire.

Cinq pays, cinq valises

Chaque valise pèse sur des axes différents

Maroc	141 680 personnes · 51,6 %	4 régions cartographiées
Algérie	94 335 personnes · 34,4 %	6 régions cartographiées
Tunisie	30 465 personnes · 11,1 %	2 régions cartographiées
Libye	7 945 personnes · 2,9 %	2 régions cartographiées
Mauritanie	710 personnes · 0,3 %	2 régions cartographiées



Seize régions au total, réparties entre les cinq pays du Maghreb.

Source : Statistique Canada, Recensement de 2021; CEAMQ, étude Voix silencieuses, 2026

Ce que les régions partagent

Trois régions, deux pays, une même façon de porter la valise

La Kabylie — Algérie · DZ-KAB

Le Rif — Maroc · MA-RIF

Le Souss — Maroc · MA-SOU



L'ancrage amazigh

Langue, mémoire et fierté distinctes du récit national, transmises indépendamment du pays de départ.

Les réseaux d'entraide

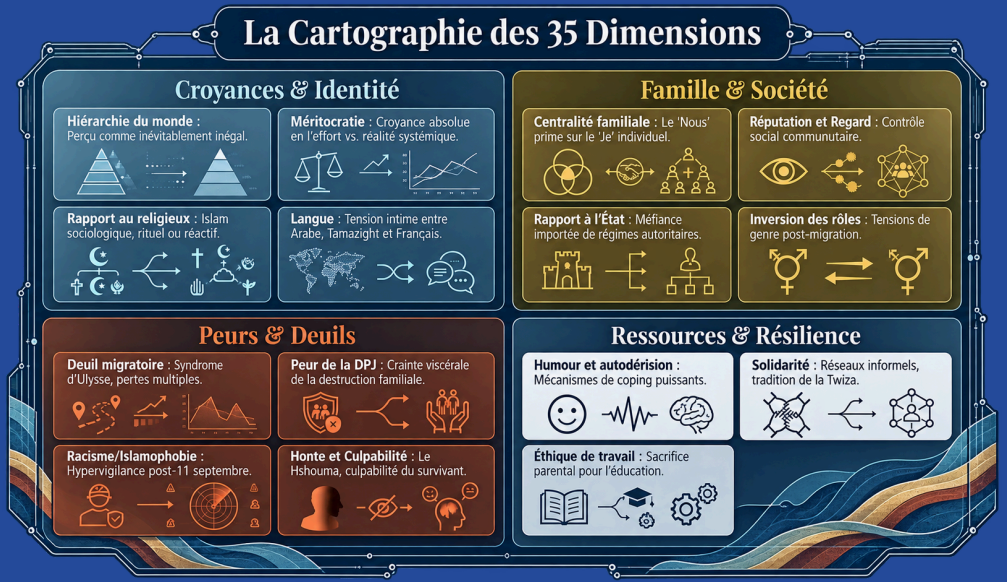
Associations villageoises et solidarités denses, reconstruites à Montréal quartier par quartier.

Source : CEAMQ, étude Voix silencieuses, 2026 : 4 907 personnes, 1 608 sondages, 1 921 rapports cliniques

LA MATRICE DE L'ÉTUDE

Trente-cinq dimensions passées au scanner

Six axes d'analyse, trente-cinq contenus documentés dans le corpus.

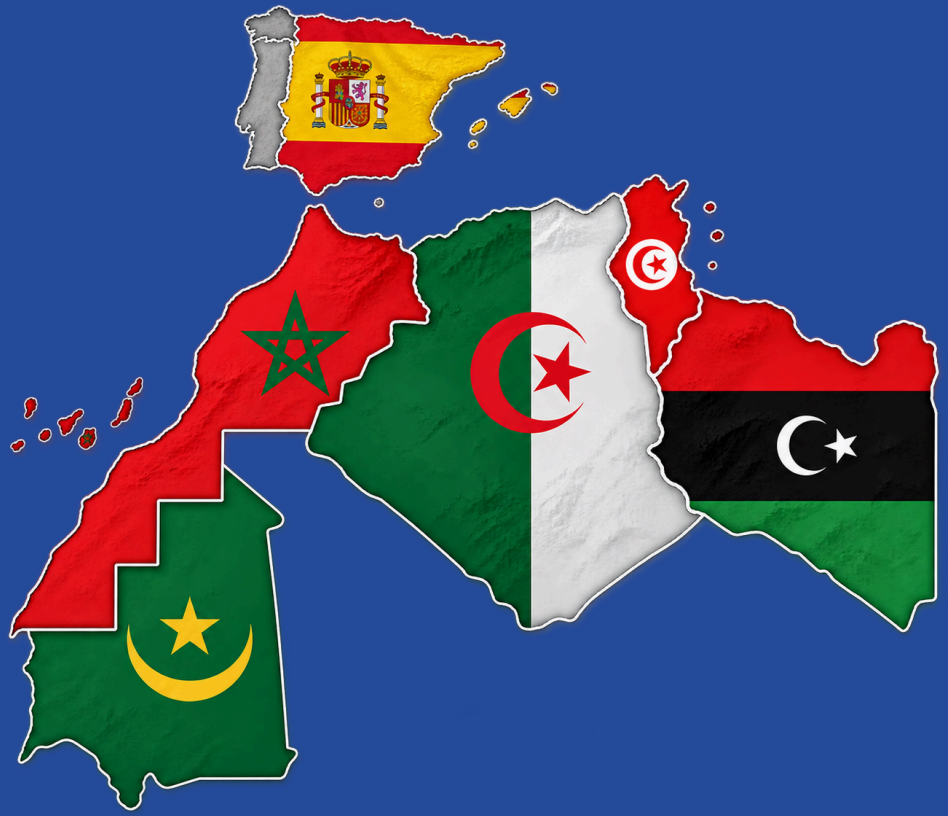


02

DEUXIÈME PARTIE

La communauté en chiffres

Qui sont-ils, combien sont-ils, et à quel point sont-ils jeunes.



274 425

personnes d'origine maghrébine au Québec

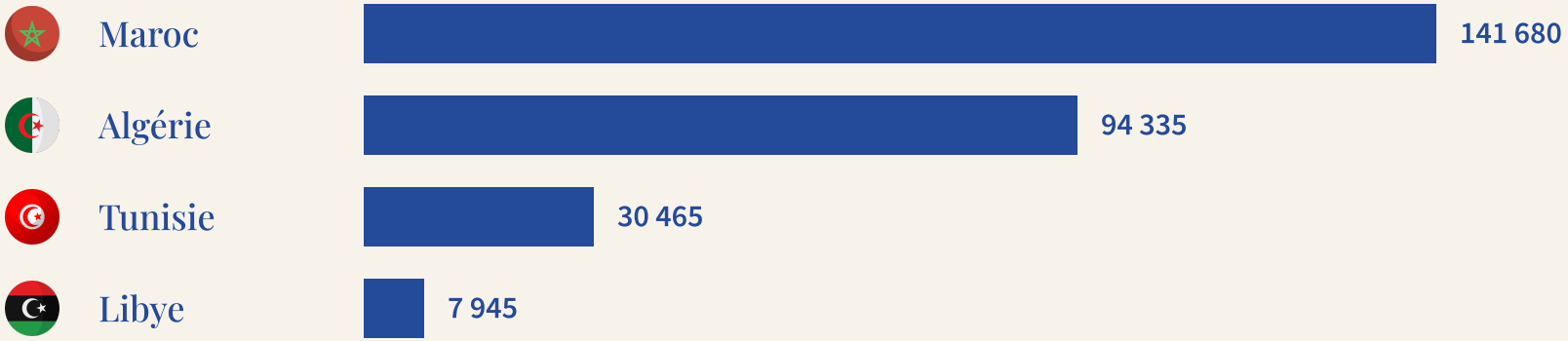
Maroc, Algérie, Tunisie, Libye, Mauritanie



Source : Statistique Canada, Recensement de 2021; compilation CEAMQ 2026

D'où viennent-ils ?

Population d'origine maghrébine au Canada selon le pays d'origine (2021)



Source : Statistique Canada, Recensement de 2021

Une communauté jeune, deux fois plus d'enfants

Structure par âge de la population maghrébine du Québec, 2021

33 %
0 à 14 ans

35 %
25 à 44 ans

45 %
ont moins de 25 ans

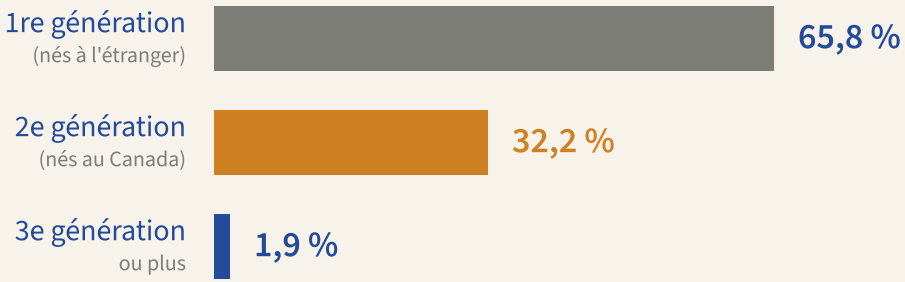
Les enfants représentent le double de la moyenne québécoise

33 % chez les jeunes d'origine maghrébine contre 15,4 % dans l'ensemble du Québec, soit un ratio de 2,1.

Source : Statistique Canada, Recensement de 2021; analyse CEAMQ

Trois générations, trois réalités

Statut des générations, communauté maghrébine au Canada (2021)





Source : Statistique Canada, Recensement de 2021; compilation CEAMQ 2026

Une communauté qui a triplé en vingt ans

Croissance et composition des familles

x 3

La communauté a triplé au Québec entre 2001 et 2021

63,6 %

vivent dans un couple avec enfants, contre 40,5 % au Canada

Une famille sur cinq compte trois enfants ou plus

21,9 % des personnes arabes de 30 à 39 ans nées à l'extérieur du Canada ont trois enfants ou plus à la maison, contre 11,1 % de la population née au Canada.

Source : Statistique Canada, Recensements 2001-2021 et Portrait des populations arabes au Canada, 2025

TROISIÈME PARTIE

La valise invisible de la deuxième génération

Ils en héritent, l'ouvrent et en trient le contenu.



Le passage de la valise

La même valise, deux façons de la porter

PREMIÈRE GÉNÉRATION

Elle la porte en silence

La valise se transmet sans inventaire, souvent sans un mot.

DEUXIÈME GÉNÉRATION

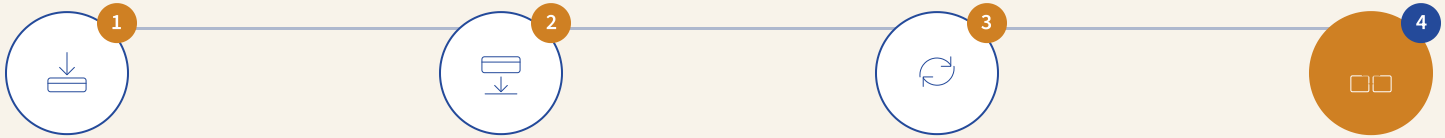
Ils l'ouvrent et la trient

Jeunes Québécois originaires du Maghreb, ils en héritent et en font le tri.

Source : CEAMQ, étude Voix silencieuses, 2026 : 4 907 personnes, 1 608 sondages, 1 921 rapports cliniques

Ouvrir, trier, transformer

Les quatre gestes des jeunes devant la valise reçue



Hériter

Recevoir la valise, souvent sans savoir ce qu'elle contient.

Rejeter

Déposer ce qui pèse : la Hchouma, la honte qui impose le silence.

Transformer

Changer la dette morale en engagement, la fierté en force distinctive.

Reconstruire

Bâtir une identité trait d'union, où être Québécois n'annule pas être Maghrébin.

Source : CEAMQ, étude Voix silencieuses, 2026 : 4 907 personnes, 1 608 sondages, 1 921 rapports cliniques

La Hchouma, ligne de rupture

La régulation sociale par la honte sépare les deux générations plus que toute autre dimension

PREMIÈRE GÉNÉRATION

« On ne sort pas le linge sale de la maison. »

La honte protège l'honneur familial. Se taire est un devoir, demander de l'aide expose la famille au jugement.

DEUXIÈME GÉNÉRATION

« Nommer, c'est déjà guérir. »

La parole prime sur l'honneur. Demander de l'aide est un droit, le silence devient le vrai danger.

Source : CEAMQ, étude Voix silencieuses, 2026 : 4 907 personnes, 1 608 sondages, 1 921 rapports cliniques

Ce que la deuxième génération dépose

Quatre dimensions de la valise reçue restent au sol

Le poids de la Hchouma

La régulation par la honte, déposée au profit de la parole.

L'invisibilisation clinique

Souffrir sans être décodé, refusé au profit de l'aide demandée.

Le mythe du retour

L'exil provisoire des parents, remplacé par l'ancrage assumé ici.

Les stratégies de passing

S'effacer pour passer, refusé au profit du prénom porté tel quel.

Documenté dans les réponses libres du corpus.

De la dette morale à la citoyenneté active

La transformation la plus documentée du corpus, en trois gestes

DETTE MORALE

« Réussir pour justifier leurs sacrifices »

CITOYENNETÉ ACTIVE

« Rendre à la société ce qu'ils ont donné »

1

Nommer

Le sacrifice parental est dit à voix haute, il cesse d'être une pression muette.

2

Retourner

La dette cesse d'être due aux seuls parents, elle se retourne vers la collectivité.

3

S'engager

Bénévolat, associations, politique locale : l'engagement documenté dans le corpus.

Source : CEAMQ, étude Voix silencieuses, 2026 : 4 907 personnes, 1 608 sondages, 1 921 rapports cliniques

« N'être jamais suffisamment d'un camp ou de l'autre. »

Un jeune participant de l'étude, 19 ans (verbatim anonymisé)





LA DEUXIÈME GÉNÉRATION

Une valise qu'ils n'ont pas faite, mais qu'ils portent

Ils héritent d'un contenu qu'ils n'ont pas choisi et le trient en marchant.

Vingt transformations documentées

Ce que la deuxième génération fait de la valise reçue, dimension par dimension

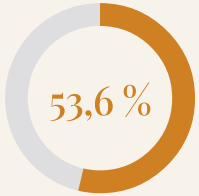
01 La valise reçue sans inventaire	02 Les quatre gestes devant la valise	03 L'identité trait d'union	04 Nommer le sacrifice
05 La Hchouma déposée	06 Le mythe du retour refermé	07 Le prénom porté tel quel	08 Demander de l'aide est un droit
09 Trois langues, une voix	10 La fierté reçue, la fierté choisie	11 La solidarité qui demeure	12 La transmission spirituelle réinterprétée
13 Le conflit de loyauté apaisé	14 La pression endogame qui s'allège	15 L'imposteur désamorcé	16 L'hypervigilance héritée
17 Les espaces où la valise s'ouvre	18 La créolisation culturelle	19 Ce qui s'allège, ce qui se transmet	20 La valise léguée à la troisième génération

Source : CEAMQ, étude Voix silencieuses, 2026 : 4 907 personnes, 1 608 sondages, 1 921 rapports cliniques

L'identité trait d'union

Être Québécois n'annule pas être Maghrébin

Québécois + Maghrébin



des jeunes vivent
une identité double



Ce n'est pas un compromis entre deux moitiés, c'est une identité entière construite avec les deux héritages. La deuxième génération refuse le choix qu'on lui impose.

Source : CEAMQ, étude Voix silencieuses, 2026

Ce qui s'allège, ce qui se transmet

Huit dimensions suivies d'une génération à l'autre

CE QUI S'ALLÈGE

- ↓ Le poids de la Hchouma
- ↓ L'invisibilisation clinique
- ↓ Le mythe du retour
- ↓ Les stratégies de passing
- ↓ La pression endogame



CE QUI SE TRANSMET

- ↑ La solidarité familiale
- ↑ La transmission spirituelle
- ↑ La fierté des origines
- ↑ L'hypervigilance héritée
- ↑ La langue et la mémoire

Source : CEAMQ, étude Voix silencieuses, 2026 : 4 907 personnes, 1 608 sondages, 1 921 rapports cliniques

La deuxième génération, pays par pays

Une même matrice de 35 dimensions, remplie différemment selon l'origine des parents



Maroc

4 RÉGIONS

Rif, Souss et axe Rabat-Casablanca : la fierté amazighe et la mobilité urbaine se transmettent ensemble.



Algérie

6 RÉGIONS

Kabylie et Constantinois : la mémoire politique et l'ancrage amazigh pèsent le plus lourd.



Tunisie

2 RÉGIONS

Une valise plus scolaire, marquée par la trajectoire éducative des parents.



Libye

2 RÉGIONS

Migration récente : le traumatisme d'exil reste au premier plan.



Mauritanie

2 RÉGIONS

Le plus petit effectif du corpus, la solidarité communautaire au premier rang.

Source : CEAMQ, étude Voix silencieuses, 2026 : 4 907 personnes, 1 608 sondages, 1 921 rapports cliniques (profils régionaux détaillés au Tome I)

Les espaces où la valise s'ouvre

Là où le contenu peut enfin être nommé, trié, partagé

01

L'organisme communautaire

Sans pouvoir coercitif, sans dossier : la confiance s'y construit dans la durée.

02

Le groupe de pairs

Entre jeunes qui portent la même valise, l'explication devient inutile.

03

L'école bienveillante

Un adulte qui comprend le contexte transforme un signalement en accompagnement.

04

La maison des jeunes

On y entre sans rendez-vous et sans avoir à se justifier.

05

L'espace numérique

Les communautés en ligne offrent une parole libérée du regard familial.

06

Le milieu sportif et culturel

Le corps et la création disent ce que les mots ne trouvent pas.

Source : CEAMQ, étude Voix silencieuses, 2026 : 4 907 personnes, 1 608 sondages, 1 921 rapports cliniques

CE QUI VIENT ENSUITE

La valise léguée à la troisième génération

Ce que cette génération dépose aujourd'hui, ses enfants n'auront plus à le porter.

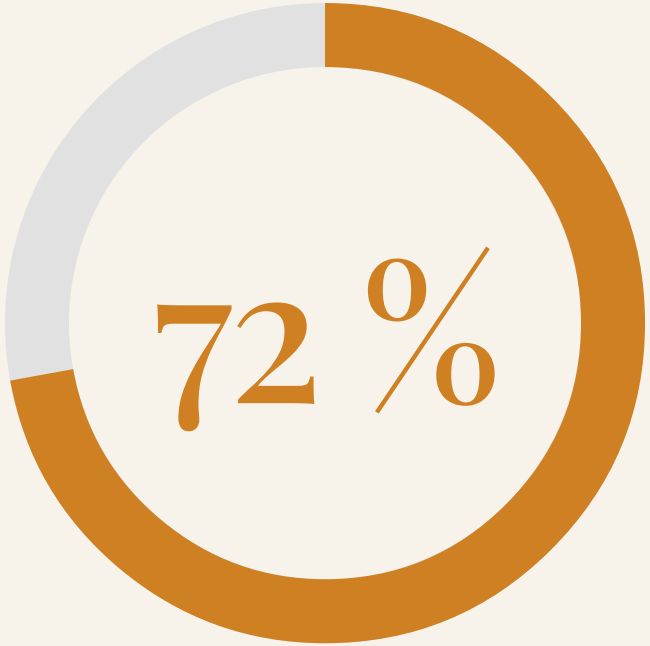


QUATRIÈME PARTIE

Ce que l'étude nous dit

Les chiffres qui suivent sont difficiles. Ils sont aussi rigoureusement documentés.



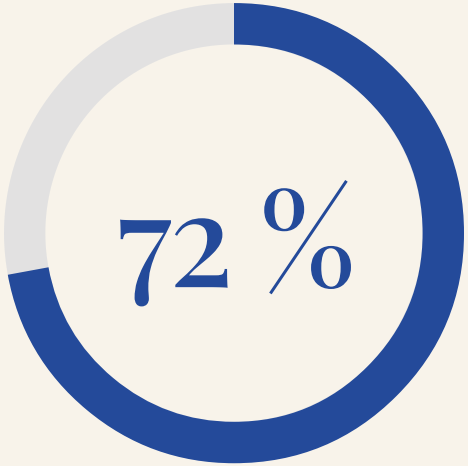


des jeunes lient leur mal-être au manque de reconnaissance de leur identité multiple

Source : Enquête CEAMQ 2024-2025, n = 480

L'écart qui définit l'étude

Entre la souffrance déclarée et le recours à l'aide professionnelle



lient leur mal-être à leur identité

vs



consultent un professionnel

Un écart de 69,4 points de pourcentage : sur 100 jeunes en souffrance, moins de 3 consultent.

Source : Enquête CEAMQ 2024-2025, n = 480

Les six indicateurs de la détresse

Chaque pourcentage est un obstacle documenté sur le chemin de l'aide

72 %

lient leur mal-être à leur identité

62 %

ne savent pas vers qui se tourner

53 %

ignorent l'existence des services

50,5 %

ne peuvent pas en parler à leurs parents

48 %

vivent un isolement silencieux

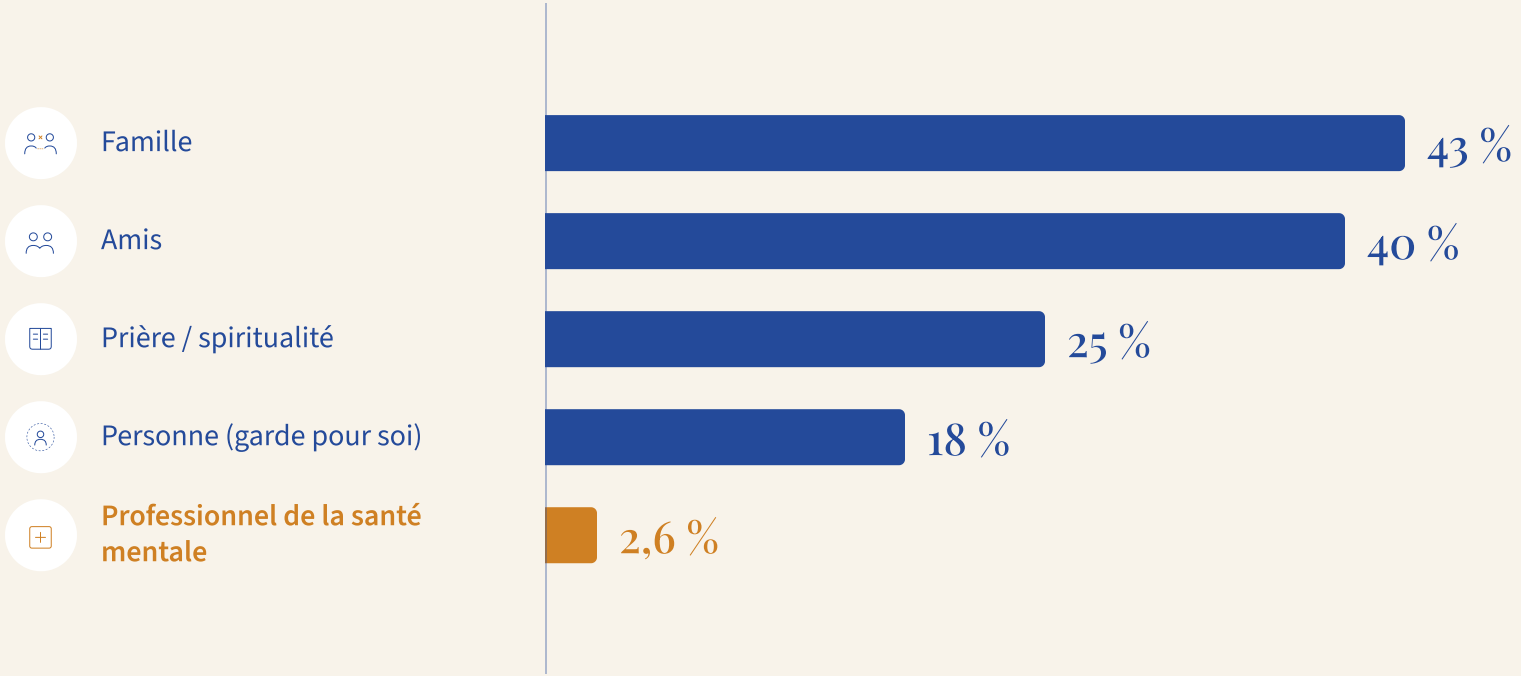
2,6 %

consultent un professionnel

Source : Enquête CEAMQ 2024-2025, n = 480

Vers qui se tournent-ils vraiment ?

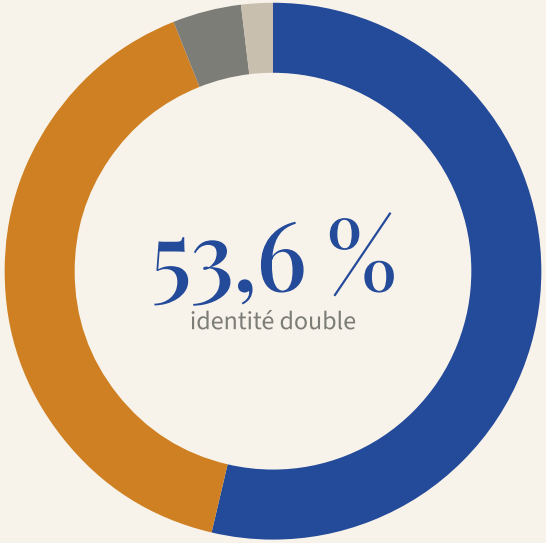
Vers qui les jeunes se tournent-ils en cas de mal-être ? Part des répondants



Source : Enquête CEAMQ 2024-2025, n = 480

« Comment décrirais-tu ton identité ? »

Identité déclarée par les répondants (n = 194)

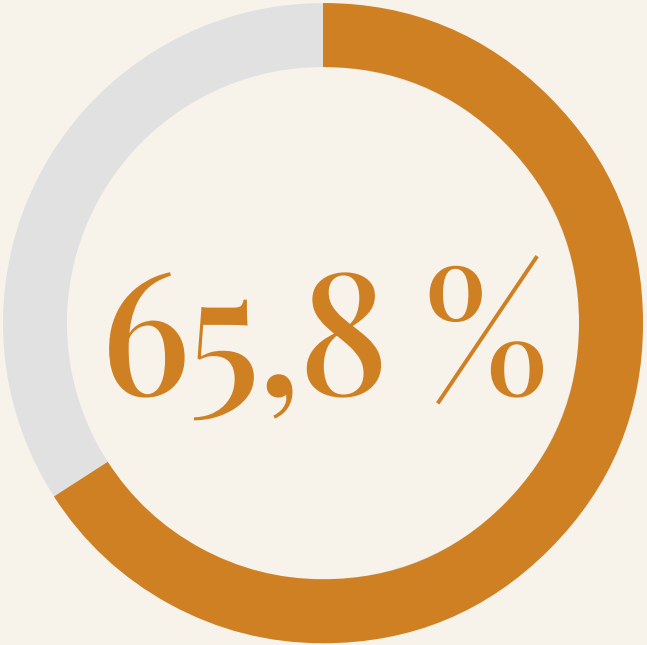


Double (québécoise et maghrébine)	53,6 %
Maghrébine seule	40,2 %
Québécoise seule	4,1 %
Autre ou non précisé	2,1 %

Source : CEAMQ, étude Voix silencieuses, 2026

ressentent une pression de réussite liée aux sacrifices migratoires de leurs parents

La valise des parents devient la dette des enfants



Source : CEAMQ, étude Voix silencieuses, 2026

Et face aux institutions

Trois constats qui se cumulent dans une même trajectoire

33,3 %

de discrimination nette à l'embauche pour les candidats d'origine maghrébine dans le Grand Montréal

Source : Eid, CDPDJ, 2012

+93 à +180 %

de risques d'être interpellé quand on est perçu comme arabe, sur le territoire du SPVM (île de Montréal)

Source : Armony, Hassaoui et Mulone, 2019

17,17 %

des interventions du CEAMQ concernent des situations liées à la DPJ

Source : CEAMQ, Rapport unifié, 2026

79

jeunes de notre communauté enterrés depuis 2019 : violence, accidents, suicides, surdoses



Chaque nom est une famille qui a enterré son enfant sans qu'un service de deuil, de prévention ou de suivi ne soit passé par là.

Source : Données CEAMQ 2019-2025; registre communautaire

Ce que les jeunes demandent

Cinq demandes, dans l'ordre où ils les formulent

01 Être écoutés

02 Être compris culturellement

03 Accéder à des services en arabe

04 Ne pas être jugés

05 Être vus comme des acteurs, pas des problèmes

Aucune de ces cinq demandes ne coûte cher. Toutes exigent de changer la posture avant les budgets.

Source : Consultations CEAMQ 2024-2025; groupes de discussion

05

CINQUIÈME PARTIE

Nos recommandations

Après le constat, l'action. Dix recommandations, trois horizons.



Cinq leviers prioritaires

Chacun répond à un constat précis de l'étude

1	Le réflexe interculturel	Comprendre avant d'intervenir, dans chaque institution
2	40 heures de formation	Obligatoire pour la DPJ, les services de police et les écoles
3	Des médiateurs culturels	Traduire dans les deux sens, avant que la chaîne ne s'enclenche
4	Une santé mentale adaptée	Trois piliers pour combler l'écart du 2,6 %
5	La Maison du Maghreb 4.0	Un lieu, cinq services, deux langues, zéro jugement

Horizon 0-2 ans : agir

2-5 ans : structurer

5-10 ans : transformer

LEVIER 1

Levier 1 : le réflexe interculturel

Une étape obligatoire avant l'intervention, pas une formation optionnelle

01

Comprendre

Connaître les systèmes familiaux, la langue, le parcours migratoire.

02

Accueillir

Suspendre le jugement moral, écouter avant de qualifier.

03

S'orienter

Choisir l'intervention avec la famille, pas malgré elle.

TROIS MILIEUX VISÉS

La DPJ

Les services de police

Les écoles

Source : Recommandations CEAMQ, Voix silencieuses 2026

LEVIER 2

Levier 2 : 40 heures de formation

Cinq modules pour transformer la pratique d'intervention

01

Communication interculturelle

02

Systèmes familiaux maghrébins

03

Islam et pratiques

04

Trauma migratoire

05

Médiation

40 HEURES

- Une formation obligatoire pour les intervenants de la DPJ, des services de police et des écoles.

Source : Recommandations CEAMQ, Voix silencieuses 2026

LEVIER 3

Levier 3 : des médiateurs culturels

Traduire dans les deux sens, avant que la chaîne institutionnelle ne s'enclenche



Expliquer l'institution à la famille, et la famille à l'institution.

Source : Recommandations CEAMQ, Voix silencieuses 2026

LEVIER 4

Levier 4 : une santé mentale qui parle leur langue

Trois piliers qui visent exactement l'écart du 2,6 %

PILIER 1

Des psychologues arabophones

Pouvoir décrire sa souffrance dans la langue où on l'a vécue.

PILIER 2

Une thérapie qui fait place au spirituel

La foi n'est pas un obstacle au soin : pour beaucoup, c'est la ressource la plus stable.

PILIER 3

Une ligne d'écoute bilingue FR-AR

Un premier contact sans dossier, sans rendez-vous, dans la langue de son choix.

2,6 %
CONSULTENT

- Seuls 2,6 % des jeunes consultent un professionnel. Ces trois piliers visent exactement cet écart.

Source : Recommandations CEAMQ, Voix silencieuses 2026

LEVIER 5

Levier 5 : la Maison du Maghreb 4.0

Un lieu physique et numérique : un seul toit, deux langues, zéro jugement

Médiation

famille et institution

Santé mentale

suivi en arabe et en français

Accompagnement scolaire

devoirs, orientation, liaison

Espace parents

groupes, ateliers, répit

Ligne d'écoute

bilingue, sans rendez-vous

5 SERVICES

2 LANGUES

0 JUGEMENT

Source : Recommandations CEAMQ, Voix silencieuses 2026

SIXIÈME PARTIE

Le portail des résultats

Tout ce que l'étude met à votre disposition, dès ce soir.



Tout ce que l'étude vous offre, dès ce soir

120
infographies, en image et en vidéo

240
capsules vidéo de 60 secondes

30
guides destinés aux professionnels

Trois tomes, une synthèse exécutive et un portail de résultats :

voixsilencieuse.soutienmaghreb.ca

Le silence se brise ce soir.

J'invite maintenant ma collègue Narjiss El Moudnib, responsable des intervenants au Centre, à lancer officiellement le portail des résultats.



Narjiss El Moudnib

Centre d'Écoute et d'Aide pour les Maghrébins du Québec

Conseil de la Communauté Maghrébine au Québec