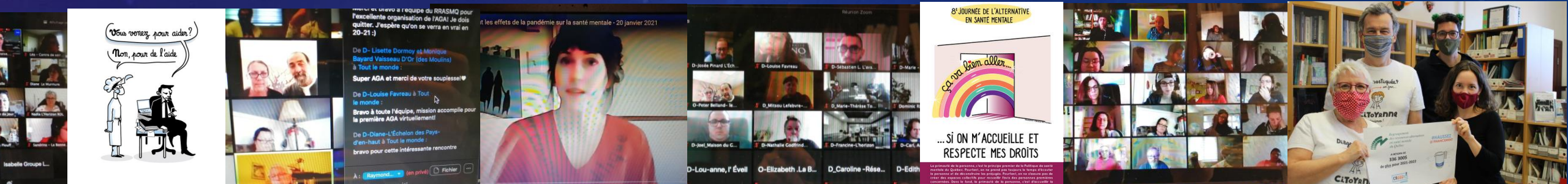


# RAPPORT ANNUEL DU REGROUPEMENT DES RESSOURCES ALTERNATIVES EN SANTÉ MENTALE DU QUÉBEC

2020-2021, ANNÉE  
PANDÉMIQUE



# PRÉSENTATION DU RRASMQ

Le Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec est un organisme à but non lucratif (OBNL) qui rassemble plus d'une centaine d'organismes communautaires répartis sur l'ensemble du territoire du Québec. Le Regroupement vise à favoriser l'émergence d'une diversité de pratiques alternatives en santé mentale et à alimenter le mouvement social communautaire en santé mentale.

Les organismes membres du Regroupement (ressources alternatives) travaillent au quotidien pour et avec des personnes (hommes et femmes, jeunes et moins jeunes, etc.) qui vivent ou qui ont vécu un problème de santé mentale ayant eu une influence importante sur leur vie. Ces ressources alternatives sont des groupes d'entraide, des centres de crise, des ressources de traitement thérapeutique, des maisons d'hébergement, des ressources d'aide et d'entraide, des centres de jour ou de soir, des ressources de réintégration au travail, des services d'écoute téléphonique, des services de soutien dans la communauté, des groupes de promotion-vigilance, etc. Ces organismes s'identifient et adhèrent à une philosophie alternative en santé mentale. Ensemble, ils forment le RRASMQ et sont porteurs de l'Alternative en santé mentale.

# LA VIE ASSOCIATIVE... EN 2020-2021

- **Le RRASMQ compte 98 membres, soit 78 membres réguliers et 20 membres affiliés.**
- 3 comités permanents: Pratiques, le Politique et Mobilisation ayant tenu en tout **22** rencontres
- Un conseil d'administration impliqué et constant. Le CA s'est réuni à de nombreuses reprises cette année, soit à **9** reprises.
- L'AGA virtuelle du 15 octobre 2020 a réuni, malgré son format atypique, **90** personnes provenant de 49 groupes membres (réguliers et affiliés).
- On compte aussi un groupe de travail sur le vécu en lien avec la médication ainsi qu'un groupe de réflexion sur l'accueil des jeunes dans les ressources alternatives.
- Cette année, il y a eu du nouveau dans l'équipe puisque deux personnes contractuelles ont été embauchées en octobre 2020 : **Milena Gioia**, agent.e au développement des pratiques et **Dominic Dubois**, agent de recherche et de rédaction. L'équipe de la permanence est demeurée la même : **Anne-Marie Boucher** aux communications et à l'action sociopolitique, **Mathilde Lauzier** à la formation et au développement des pratiques, **Annie Pavois** à la formation et au développement des pratiques et **Jean-Pierre Ruchon** à l'administration.
- Le Regroupement continue également ses implications au Collectif pour un Québec sans pauvreté, au Mouvement Jeunes et santé mentale, au COCO de la Campagne CA\$\$\$H, au conseil d'administration de la TRPOCB ainsi qu'au RQ-ACA.

# LES GRANDS OBJECTIFS 2020-2021

- 1. Soutenir les ressources alternatives afin de les aider à réaliser leur mission dans le contexte de la pandémie**
- 2. Œuvrer au développement et à l'appropriation des valeurs et pratiques alternatives auprès des équipes et des membres des ressources alternatives**
- 3. Gagner un plan d'action interministériel en santé mentale fondé sur les droits, les déterminants sociaux et les approches alternatives**
- 4. Sensibiliser la population à une vision alternative de la santé mentale et à l'importance de l'action sur les déterminants sociaux de la santé**
- 5. Effectuer le bilan de la Planification stratégique 2015-2021 et préparer la démarche de la prochaine planification stratégique**



# LES FAITS SAILLANTS DE L'ANNÉE 20-21

- Création d'espace d'entraide entre ressources alternatives
- Développement d'une programmation virtuelle pour les membres et le public
- Journée de l'Alternative 2020: Ça va bien aller si... et autres actions de visibilité
- Représentations politiques et campagne autour du futur Plan d'action en santé mentale et des enjeux de la crise sanitaire sur la santé mentale



# PANDÉMIE, SOUTIEN AUX MEMBRES ET ENTRAIDE ENTRE RESSOURCES

- **7 Rencontres COV ça va?** (94 participations de ressources)
- **6 Rencontres virtuelles thématiques** (86 participations de ressources)
- **10 Rencontres de soutien entre personnes intervenantes** (49 intervenants ont participé à au moins 1 rencontres)
- **Revue L'autre Espace, hors-série, *L'importance de nos liens, les ressources alternatives au cœur de la pandémie***





### COV ça va?

«Je viens tout juste de me relever d'une grosse dépression, au début de mon isolement je me disais: "oh, 14 jours sans sortir, sans voir personne, ça va bien aller." Mais malheureusement, le 14 jours ne cesse d'être renouvelé. J'ai peur pour ma santé mentale, je dors mal, je pleure, j'ai peur, ne serait-ce que de mettre le nez dehors. J'ai l'impression que la vie est finie. Il doit avoir des choses pour nous aider à ne pas sombrer. Car ça fait mal, ce mal-être grandissant.»

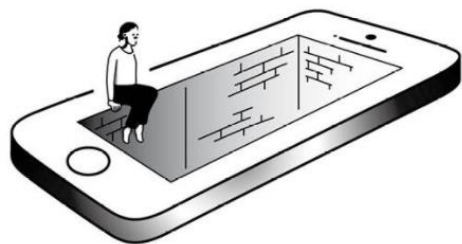


Pour partager votre histoire:  
[www.jaiunehistoire.com/partager-un-temoignage](http://www.jaiunehistoire.com/partager-un-temoignage)

COV ça va?, une campagne du Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec [www.rasmq.com](http://www.rasmq.com)

### COV ça va?

«Je vis cette tragédie - ce virus - comme un abandon. Je vis seule et je n'ai pas beaucoup d'amies et comme famille j'ai juste ma soeur qui est infirmière alors très occupée! Je me sens rejetée et seule. J'essaie de garder le cap mais c'est difficile. Pas évident de se sentir seule au monde mais j'essaie de m'occuper l'esprit! J'ai très très hâte que ça finisse tout ça et que la vie continue.»



Pour partager votre histoire:

[www.jaiunehistoire.com/partager-un-temoignage](http://www.jaiunehistoire.com/partager-un-temoignage)

COV ça va?, une campagne du Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec [www.rasmq.com](http://www.rasmq.com)

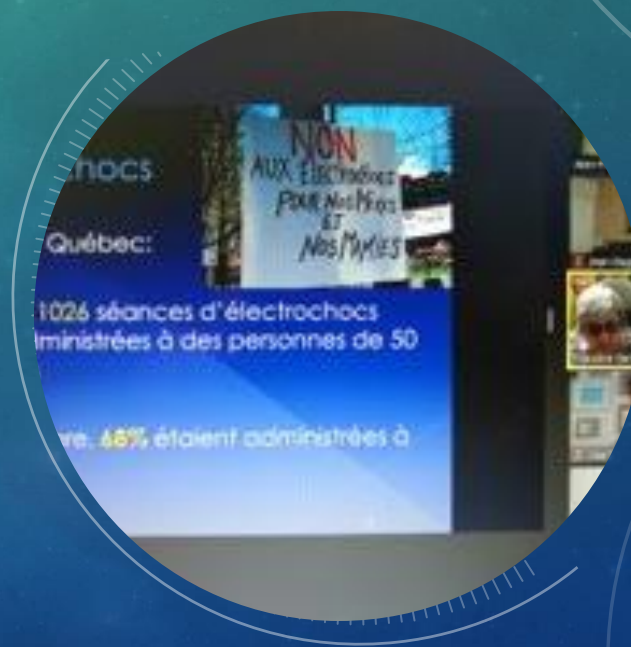
## UNE CAMPAGNE AU PRINTEMPS 2020 POUR SENSIBILISER ET PARTAGER LES VÉCUS DES PERSONNES : COV ÇA VA?

- 6 visuels originaux ont été créés pour illustrer les vécus partagés via le site [www.jaiunehistoire.com](http://www.jaiunehistoire.com)
- Plus de 20 témoignages ont été diffusés sur le site [www.jaiunehistoire.com](http://www.jaiunehistoire.com)

# 6 GRANDES CONFÉRENCES DE L'ALTERNATIVE QUI ONT REJOINT 673 PERSONNES!

Une collaboration du RRASMQ, ERASME et Prise II

- Incursion dans l'univers de la neurodiversité
- Les approches décoloniales en santé mentale
- Adversité durant l'enfance, maladies chroniques et défis des saines habitudes de vie
- Vieillesse et santé mentale
- Découvrir l'approche Open Dialogue
- Le Silence sur nos maux



CONFÉRENCE EN LIGNE

## Santé mentale et vieillissement

le 27 janvier 2021 de 13h30 à 15h00.

à partir de 13h00. OUVERT À TOUS ET TOUTES

Le vieillissement est un processus naturel et inévitable. Bien présent dans le réseau québécois de santé mentale, les personnes vieillissantes y sont particulièrement vulnérables. Leurs plaintes, malaises physiques ou émotionnels sont souvent considérés comme des symptômes normaux en raison de leur âge.

Le collectif pour la dépendance et l'autonomie, le collectif pour la dépendance et l'autonomie de Montréal, en collaboration avec les chercheuses de la TELUQ, se sont réunis pour discuter de ces enjeux. Ils et elles vous invitent à participer à cette conférence en ligne. Ils et elles vous invitent à discuter de l'âgisme et le sanisme, le sexisme et le transphobie.





Communauté de pratique  
**Gestion autonome  
de la médication**

Les vendredis  
16 avril & 7 mai 2021  
10h00 à 12h00

Rencontres en ligne - Inscription requise

Ouvert à tous les intervenants  
et travailleurs des ressources



# DES ESPACES DE DÉVELOPPEMENT ET DE FORMATION POUR NOS MEMBRES

Espace d'entraide et d'information autour de la GAM (10 rencontres)

Communauté de pratiques mensuelle sur  
l'accompagnement GAM (4 rencontres- 15 membres)

Programme de formation d'animateurs – La société et  
nous (4 ressources), 3 rencontres d'organisation, 6  
rencontres d'information et de formation

Groupe de travail sur l'accueil des jeunes au sein des RA (8  
ressources)

1 formation sur l'Alternative et 2 formations GAM

**La société et nous**  
Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec  
RASME  
EQUIPE DE RECHERCHE

Formations possibles : si ça vous intéresse, écrire au [rrasmq@rrasmq.com](mailto:rrasmq@rrasmq.com)

**Activité de démarrage**  
À partir du jeudi 29 octobre 2020  
0. La pandémie et ce qu'elle change  
Matériel d'animation

**Atelier 1**  
À partir du jeudi 12 novembre 2020  
1. Bouger, vers quoi, dans la société  
Matériel d'animation

**Atelier 2**  
À partir du jeudi 26 novembre 2020  
2. Notre expérience de l'[in]égalité

**Aimeriez-vous y jouer dans votre ressource ?**

Pour rester en route ensemble vers du bien vivre pour toutes et tous, le Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec vous propose tout un programme pour 2020 et 2021 !

Il s'agit d'une série de jeux conscientisants à animer dans vos ressources et d'une collecte des réponses à l'avenant. Ceci pour continuer de prendre soin de nous et de la société et se former à y penser ensemble dans des temps incertains où tout bouge.

# DES OUTILS EN DÉVELOPPEMENT

- Le site d'information sur la médication et le sevrage [www.avecnotreexpertise.com](http://www.avecnotreexpertise.com)
  - *Un projet par, pour et avec les personnes premières concernées*
  - 20 réunions du Comité vécu-GAM et ses sous-comités
  - Suivis de nombreuses conférences spécialisées autour du sevrage, de la médication, du trauma.
- **Projet de création d'une trousse de réflexion sur le rapport au diagnostic psychiatrique**
  - Mené par le comité Pratiques et la chercheure Isabelle Jacques. 5 réunions.



Isabelle Jacques



Jean-François Beaudoin



France Angelina

**Le rapport au diag.**

 **Un projet centré sur le v**

Le projet a pour but le développement d'une...  
visant la sensibilisation aux enjeux de l'a...  
du diagnostic en santé mental

[Pourquoi une trousse d'outils](#)

À l'heure où la prévalence des problèmes de santé m...  
Canada est d'environ 20% (OMS, 2011), une meille...  
différents rapports que les personnes entretiennent au dia...  
est essentielle au développement de moyens diversifiés...  
des personnes concernées.

C'est justement à cet enjeu que s'est intéressé Isabelle Ja...  
recherche qui lui a permis de mettre en lumière que :

- Les personnes s'approprient le diagnostic de différentes...  
malade », « J'ai un trouble », « J'ai des problèmes », « Je...  
malade », « Je doute », « Je suis le problème »).
- Les formes modérées d'adhésion au diagnostic en sant...  
des témoignages d'appropriation du pouvoir des person...

**Composantes (développement)**

- Brochure de sensibilisation
- Descriptif
- Un guide d'animation d'atelier
- Descriptif
- Un jeu de société
- Descriptif

**santé mentale**  
sur favoriser le mieux-être ?



Diagnostiquée?

→ un jour...



CiToYenne

→ toujours!

"Fou"?

→ Selon toi



CiToYen

→ Selon la loi!

→ **TROIS CHANTIERS  
POUR UNE APPROCHE GLOBALE  
EN SANTÉ MENTALE AU QUÉBEC**

1. Primauté de la personne
2. Déterminants sociaux de la santé
3. Pratiques et approches alternatives

Plateforme du Regroupement des ressources  
alternatives en santé mentale du Québec



Janvier 2020

AU COEUR DES ACTIONS DE  
VISIBILITÉ ET DE  
REPRÉSENTATION POLITIQUES  
CETTE ANNÉE...

Diagnostiquée?

→ un jour...



CiToYenne

→ toujours!

POUR UNE  
APPROCHE  
GLOBALE EN  
SANTÉ MENTALE  
AU QUÉBEC

1<sup>er</sup> chantier:  
Primauté de la personne

1. Fonder l'intervention sur l'écoute et la prise en compte de l'histoire de la personne
2. Réaliser la primauté de la personne par la participation collective et l'exercice des droits
3. Combattre la stigmatisation et la discrimination au sein du réseau et dans les communautés
4. Évaluer et respecter le droit de jouir de la meilleure santé mentale possible

2<sup>eme</sup> chantier:  
Déterminants sociaux  
de la santé mentale

5. Agir ambitieusement sur les déterminants sociaux de la santé mentale
6. Le droit à un revenu décent: pour se sortir de la pauvreté durablement
7. Le droit à un toit: pour se sentir chez soi, pour se sentir en sécurité
8. Le droit à la mobilité: sortir de l'isolement

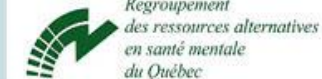
3<sup>e</sup> chantier:  
Pratiques et approches alternatives

9. Avoir accès et pouvoir choisir parmi des alternatives
10. Soutenir les pratiques de Gestion autonome de la médication (GAM) dans toutes les régions du Québec
11. Soutenir et déployer l'expertise communautaire d'intervention de crise



Pour plus d'informations  
sur la campagne:

[www.jaiunehistoire.com/  
approche\\_globale2020](http://www.jaiunehistoire.com/approche_globale2020)



# JOURNÉE DE L'ALTERNATIVE 2020 : ÇA VA BIEN ALLER SI...

- Le comité Mobilisation a procédé à la création de trois affiches originales autour du slogan Ça va bien aller si... ainsi qu'une affiche à compléter.
- La 8e édition du Journal Ailleurs et autrement a été imprimée et distribuée à 3000 exemplaires.
- L'activité de phrases à compléter a été animée dans 23 ressources.
- Un rassemblement (sécuritaire) a été tenu devant les bureaux montréalais du Premier ministre à Montréal le 12 octobre 2020.
- Une lettre ouverte a paru dans La Presse le 12 octobre 2020 «Évitons la médicalisation de la crise»

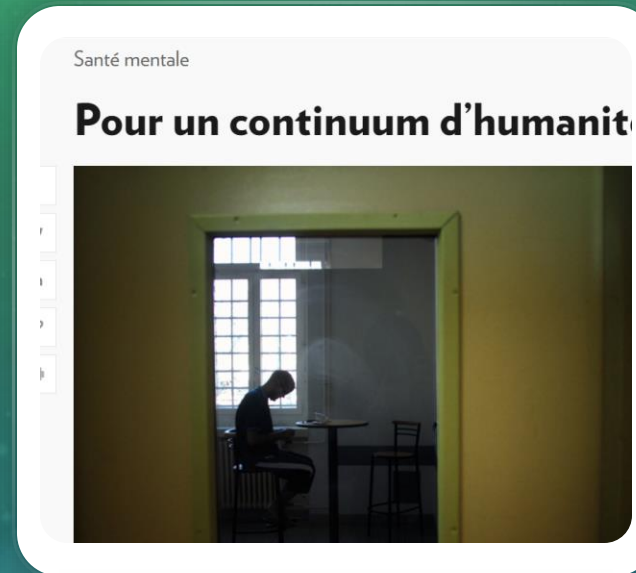
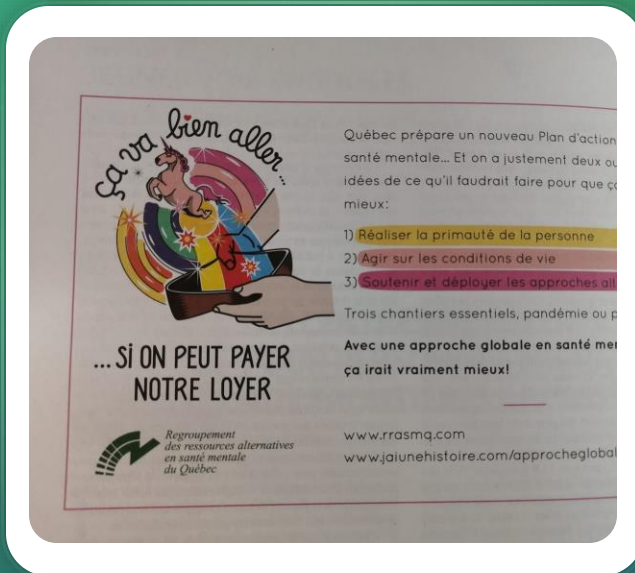


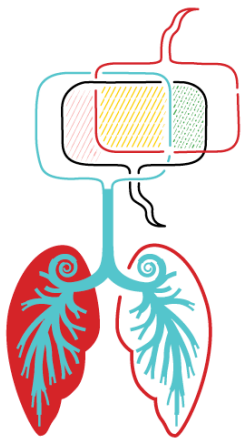
# VISIBILITÉ DE L'ALTERNATIVE EN SANTÉ MENTALE

- **5853** mentions J'aime sur la page Facebook du RRASMQ, une augmentation de 22%
- **6 lettres ouvertes** publiées dans les journaux
- **Un article** dans la revue Relations.
- **5 entrevues** données dans les grands médias dans le cadre de la Journée de l'Alternative
- Un article sur nos revendications dans le cahier spécial du journal Le Devoir sur la santé mentale, juin 2020
- Entrevue dans le magazine Profession Santé, juin 2020
- Entrevues radio (QUB Radio, CBC Radio)
- Une publicité a été diffusée dans la revue Relations
- Réalisation d'une vidéo de l'escouade de crise 24-7 au Bas St-Laurent
- Plusieurs représentations à des panels et événements (rencontre nationale sur le décrochage scolaire, panel sur l'entraide, rencontre de la FLAC sur les inégalités sociales, etc.).
- 4 Conférences en milieu académique (Université de Montréal, Cégep du vieux Montréal)

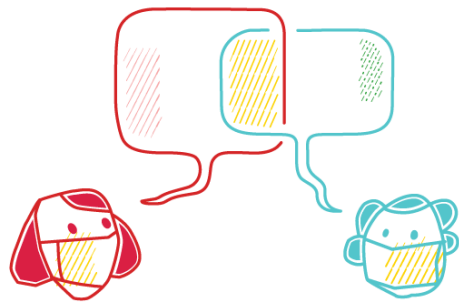
Autres projets en développement :

- Le podcast *L'Alternative dans les oreilles*

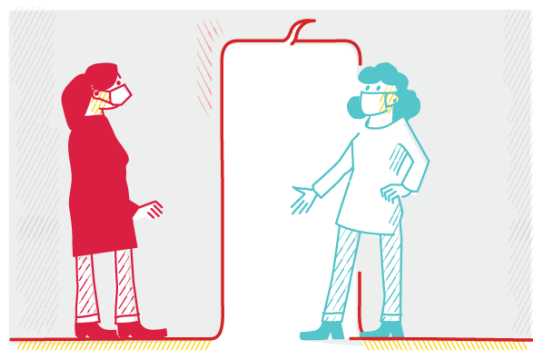




POUR DES PRATIQUES EN  
SANTÉ MENTALE QUI  
DONNENT DE L'OXYGÈNE!



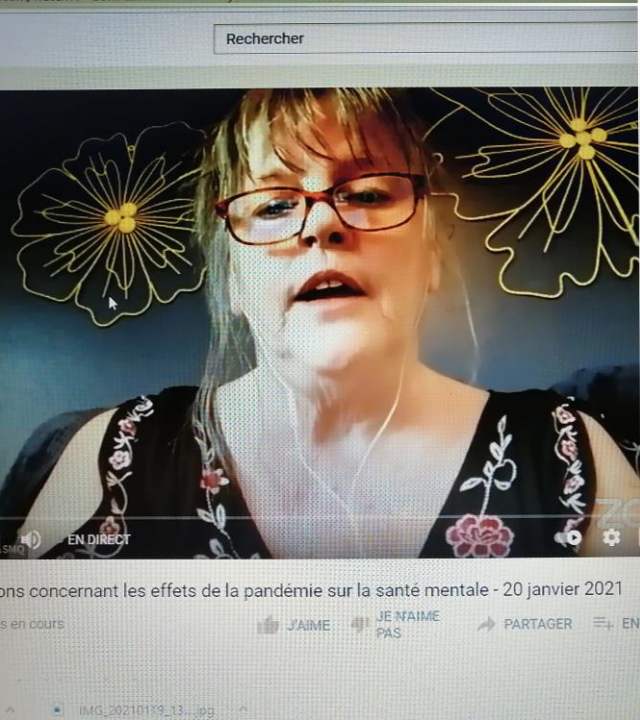
LA PAROLE DES PERSONNES  
PREMIÈRES CONCERNÉES  
DOIT ÊTRE VIRALE!



L'ACTION COMMUNAUTAIRE  
AUTONOME, UN GESTE BARRIÈRE  
CONTRE LA SOLITUDE ET  
L'EXCLUSION SOCIALE!

## PLAN D'ACTION INTERMINISTÉRIEL EN SANTÉ MENTALE (PAISM) ET CAMPAGNE APLATISSONS LA COURBE DE LA DÉTRESSE

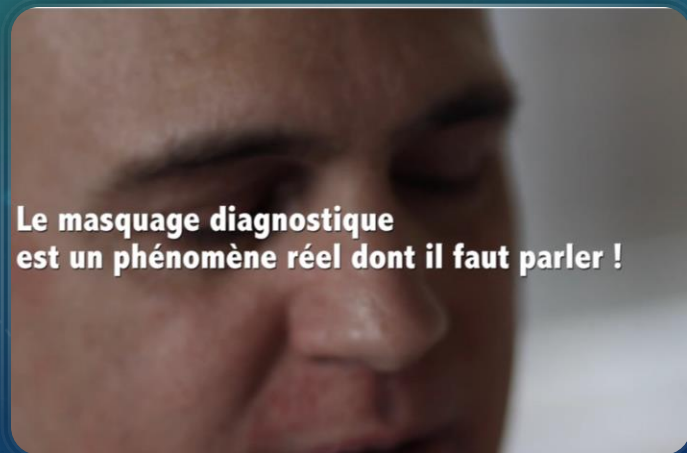
- Participation à deux consultations du MSSS sur le futur PAISM (décembre 2020-janvier 2021).
- Rencontre d'information et de mobilisation des membres du RRASMQ sur le processus de consultation et de préparation du PAISM le 21 janvier (26 personnes présentes)
- Dépôt d'un mémoire le 3 février 2021 dans le cadre des consultations sur le PAISM.
- Rencontre de soutien du ROCASM-BF pour les world cafés régionaux le 10 mars 2021
- Lancement de campagne *Aplatissons la courbe de la détresse* pour faire peser nos revendications dans le prochain PAISM. Des partenaires comme l'AGIDD-SMQ, Représent'Action et le RQASF se sont joints à la campagne.
- Participation active aux rencontres des organisations nationales en santé mentale





## DÉMARCHE COLLECTIVE POUR LA TRANSFORMATION SOCIALE SE DONNER DU SOUFFLE!

- Un numéro de la revue *L'autre Espace* relatant les démarches d'éducation populaire et de mobilisation des ressources alternatives (dont celles autour de la démarche *Se donner du souffle*)
- Soutien à la démarche du groupe montréalais *Se donner du souffle* dans la création d'une vidéo de sensibilisation sur la stigmatisation et le masquage diagnostique.



# JEUNES ET SANTÉ MENTALE

- **MOUVEMENT JEUNES ET SANTÉ MENTALE** : Relance des activités du Mouvement Jeunes et santé mentale, collaboration à l'écriture de deux mémoires, collaboration à l'écriture de deux lettres ouvertes, + de 12 réunions, accompagnement dans la structuration par Relai-Femmes, processus d'embauche d'une coordonnatrice (entrée en poste février 2021).
- **SITE ESPACE JEUNES** : collaboration du Regroupement à l'initiative de Prise II autour de la création d'une plateforme virtuelle d'ateliers et d'espaces d'entraide destinée au 16-30 ans
- **GROUPE DE RÉFLEXION SUR L'ACCUEIL DES JEUNES DANS LES RESSOURCES ALTERNATIVE** : deux rencontres animées par Marie-Laurence Poirel

**Jeunes et santé mentale : pas le temps d'ouvrir les plaies**







# LES CONSTATS DU CA



RAPPEL DES  
OBJECTIFS  
2020-2021

---

Soutien des membres en contexte de pandémie

---

Développement et appropriation des valeurs et pratiques alternatives

---

Un plan d'action interministériel en santé mentale avec une approche globale

---

Diffusion d'une vision alternative de la santé mentale dans le grand public

---

Bilan de la Planification stratégique 2015-2021 et préparation la suite



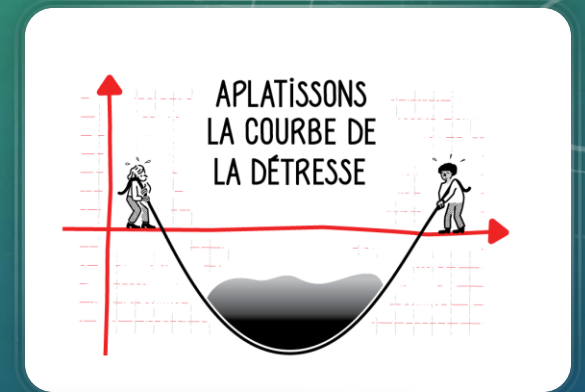
# LES CONSTATS EN LIEN AVEC L'OBJECTIF 2 - DÉVELOPPEMENT ET APPROPRIATION DES VALEURS ET PRATIQUES ALTERNATIVES



- Malgré la situation, le RRASMQ a pu offrir des activités de sensibilisation et de formation à *L'Alternative*, adaptées en format virtuel. Les rencontres thématiques où ce sont des ressources qui ont partagé des savoirs et expériences ont aussi contribué à faire réfléchir à nos valeurs et pratiques. Nos 6 grandes conférences ont également eu beaucoup de succès et ont permis d'ouvrir sur pleins de sujets reliés à l'alternative. On remarque que les communautés de pratique, comme celle sur la GAM ou sur l'accueil des jeunes, sont de bons moyens pour soutenir les groupes pour l'implantation ou le développement de pratiques.
- Du côté du développement des pratiques, le RRASMQ est investi dans plusieurs projets d'envergure comme le site d'information et de témoignage sur le sevrage et la Trousse de réflexion sur le rapport au diagnostic psychiatrique.
- Un nouveau travail de veille informationnelle sur les pratiques en santé mentale a permis de recueillir beaucoup de contenus et de contacts intéressants. L'équipe prépare de nouvelles manières de les diffuser vers les groupes, notamment avec le podcast *L'Alternative dans les oreilles* disponible depuis avril 2021.
- Certains projets ont connu un ralentissement ou une pause en raison de la pandémie, c'est le cas du projet sur le Soutien intentionnel par les pairs et de la démarche *Se donner du souffle!* Néanmoins le RRASMQ continué d'accompagner la mobilisation de la région de Montréal.

# LES CONSTATS EN LIEN AVEC L'OBJECTIF 3 - UN PLAN D'ACTION INTERMINISTÉRIEL EN SANTÉ MENTALE AVEC UNE APPROCHE GLOBALE

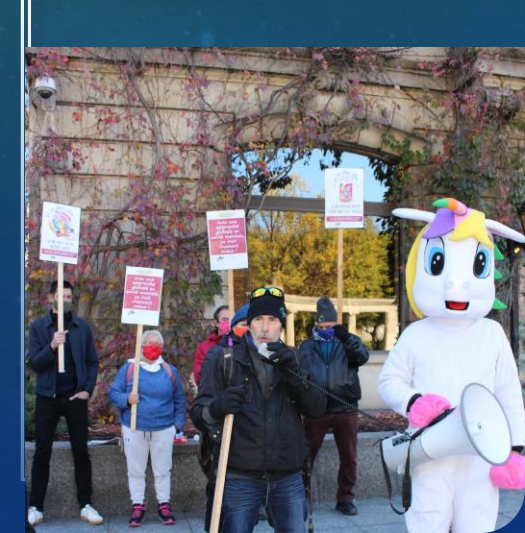
- Il est encore difficile de voir les gains que nous espérons en lien avec cet objectif. On peut dire toutefois que le RRASMQ a été très proactif en maintenant la pression sur le gouvernement afin d'obtenir des consultations qui rejoindraient les groupes mais aussi les personnes premières concernées.
- Tout au long de l'année, le Regroupement a suscité la mobilisation des ressources membres, des personnes premières concernées et d'autres alliés autour de ses campagnes. Il a soutenu, mais souhaite le faire encore mieux, la représentation des personnes premières concernées dans les représentations qu'il a fait lors des consultations gouvernementales et rencontres avec les élus.
- Il a utilisé abondamment les médias sociaux et traditionnels pour se faire entendre en renouvelant ses outils de campagne pour accentuer ses messages.
- Puis, il a défendu le besoin d'aller au-delà des consultations pour une participation des personnes dans les décisions et l'évaluation du futur PAISM.



# CONSTATS DU CA AVEC L'OBJECTIF 4 - DIFFUSION D'UNE VISION ALTERNATIVE DE LA SANTÉ MENTALE DANS LE GRAND PUBLIC

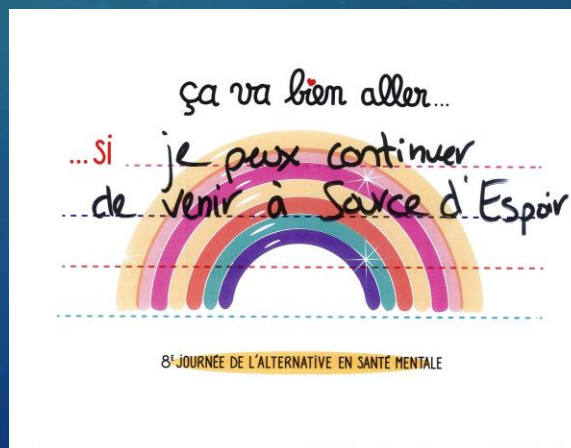
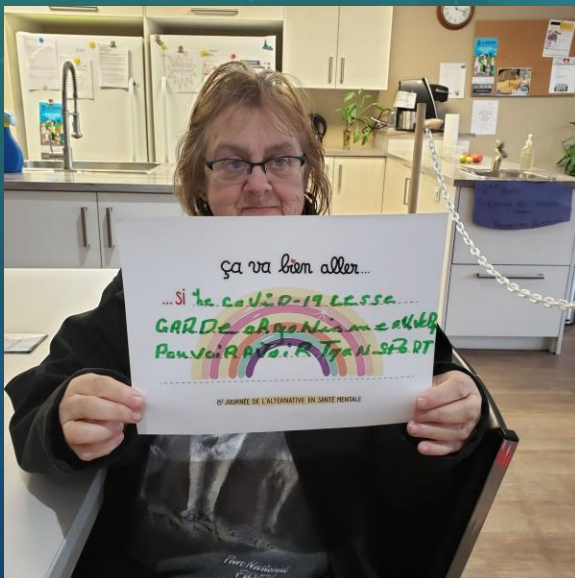
Bien que le confinement ait empêché la réalisation d'activités dans les communautés (distributions de journaux, rassemblements), mais les ressources membres ont quand même participé à l'action photo du 10 octobre 2020, Journée de l'Alternative en santé mentale.

Par ailleurs, cette année, on constate une augmentation des parutions médiatiques. Beaucoup de lettres ouvertes, quelques entrevues ont permis de toucher une large variété de sujets : pandémie, parole des personnes, continuum d'humanité, détresse psychologique... Des activités comme les grandes conférences de l'Alternative ont aussi rejoint de nouveaux publics. Diversifier encore davantage les types de diffusion et les sujets représente un bel objectif pour les années à venir.



- CONSTAT DU CA SUR L'OBJECTIF 5- BILAN DE LA PLANIFICATION STRATÉGIQUE 2015-2021 ET PRÉPARATION DE LA SUITE

Nous n'avons pas mené d'activités de bilan avec les membres cette année. Mener ce genre d'exercice collectif et participatif aurait été difficile virtuellement. Le tout sera remis à l'année prochaine.



# MERCI AUX MEMBRES DU CA QUI ONT MAINTENU LEUR IMPLICATION TOUTE L'ANNÉE !

- **Carole Lévis**, présidente (**Action Autonomie**, Montréal)
- **Yves Brosseau**, vice-président (**L'Avant-garde en santé mentale**, Montérégie)
- **Peter Belland**, trésorier (**Le Phare source d'entraide**, Estrie)
- **Catherine Perrault**, secrétaire (**Entrée Chez soi**, Estrie)
- **Annie Busque**, (**Le Murmure Groupe d'entraide**, Chaudières-Appalaches)
- **Benjamin Thomas Reynolds** (**Ancres et Ailes**, Montérégie)
- **Diane Raymond** (**La Barre du jour**, Chaudières-Appalaches)
- **France Fiset** (**L'Entretoise du Témiscamingue**, Abitibi-Témiscamingue)
- **Paul Charland** (**Relax-Action**, Montréal)
- (merci également à **Stéphanie Matte** du **Vaisseau d'or des Moulins**, **Dominic Guillemette** de la **Maison du Goéland** et **Sylvain Dubé** du **Rivage du Val St-François** qui ont accepté de faire le chemin jusqu'à l'AGA (15 octobre 2020) avec nous!)



# MERCI À TOUS NOS MEMBRES! ET EN PARTICULIER AUX PERSONNES IMPLIQUÉES DANS LES COMITÉS PERMANENTS DU RRASMQ

- **Comité Pratique:** Jean-François Beaudoin (La Cordée), Carole Lévis (Action Autonomie), France Brault (Le Phare Source d'entraide), Cara St-Onges (Entrée chez-soi), Yves Brosseau (L'Avant-Garde), Élisabeth Fafard et Rachel (La Bonne Étoile), Christine Rodrigue (Le Rivage du Val St-François), Isabelle Jacques (chercheure).
- **Comité le Politique :** Peter Belland (Le Phare source d'entraide), Yves Brosseau (L'Avant-garde en santé mentale), Diane Chatigny (Le Mumure groupe d'entraide), Lisette Dormoy (Le Vaisseau d'or (des Moulins), Sylvain Dubé (Le Rivage du Val-St-François), Lorraine Michaud (Le Périscope des Basques), Julie Sigouin (CAMÉÉ), Jean-François Plouffe (Action Autonomie)
- **Comité Mobilisation :** Yves Brosseau (L'Avant-garde en santé mentale), France Brault (Le Phare source d'entraide), Dominic Guillemette (la Maison du Goéland), Ghislain Goulet (Action Autonomie), Joel Tremblay (La Maison du Goéland), Aline Bilodeau (Le Trait d'union de Montmagny), Diane Raymond (La Barre du Jour)

MERCI  
ENCORE...

---

Aux formatrices GAM: Céline Cyr et Linda Little

---

À Lisa Benisty de Prise II pour la co-animation du groupe d'entraide entre intervenantes

---

À Prise II et ERASME pour la co-organisation des Grandes conférences de l'Alternative

---

À Vivian Labrie pour la formation au jeu La société et nous

---

À Jean-Nicolas Ouellet et François Alepin pour leur participation à la délégation de décembre 2020

---

Aux membres du comité Vécu-GAM : Nathalie, Marie, Myriam-Anouk, Lucie, Julie, Charles-François

---

À toutes les personnes qui ont collaboré à la revue L'autre Espace

---

À l'illustrateur Clément de Gaulejac pour son appui dans les campagnes de visibilité et de sensibilisation

---

À Raymond Beaunoyer pour son appui inestimable sur le site [www.rrasmq.com](http://www.rrasmq.com) et pour l'animation de notre PREMIÈRE AGA virtuelle de l'histoire!

---

Aux militant.e.s du Mouvement Jeunes et santé mentale pour leur mobilisation et leur persévérance

# VOUS ÊTES CURIEUX DES PRÉSENCES DU RRASMQ DANS LES MÉDIAS? EN VOICI QUELQUES TRACES:

Revue L'autre Espace

[http://www.rrasmq.com/publications/LautreEspace/LautreEspace\\_2020\\_09\\_Hors-serie.pdf](http://www.rrasmq.com/publications/LautreEspace/LautreEspace_2020_09_Hors-serie.pdf)

[http://www.rrasmq.com/publications/LautreEspace/LautreEspace\\_2020\\_09\\_Vol11-1.pdf](http://www.rrasmq.com/publications/LautreEspace/LautreEspace_2020_09_Vol11-1.pdf)

Vidéo

<https://www.youtube.com/watch?v=M4T0QxPzgyI>

Lettres ouvertes, articles:

- <https://www.lapresse.ca/debats/opinions/2020-12-16/sante-mentale/pour-un-continuum-d-humanite.php>
- [https://www.ledevoir.com/societe/sante/580980/pour-une-approche-novatrice?fbclid=IwAR2XdR\\_6flrjiwZpzTGqJTNusDNngptirKdGoowS7bMKGnZOVmrYF2GLEBqU](https://www.ledevoir.com/societe/sante/580980/pour-une-approche-novatrice?fbclid=IwAR2XdR_6flrjiwZpzTGqJTNusDNngptirKdGoowS7bMKGnZOVmrYF2GLEBqU)
- [https://plus.lapresse.ca/screens/5fc11f1f-55d6-4e5f-89a3-89d97f11366c\\_7C\\_0.html#:~:text=Les%20ressources%20alternatives%20en%20sant%C3%A9,Parfois%20au%20bout%20%20rouleau.](https://plus.lapresse.ca/screens/5fc11f1f-55d6-4e5f-89a3-89d97f11366c_7C_0.html#:~:text=Les%20ressources%20alternatives%20en%20sant%C3%A9,Parfois%20au%20bout%20%20rouleau.)
- [https://plus.lapresse.ca/screens/05345f71-e649-461d-9fd7-e649f94c0a07\\_7C\\_0.html](https://plus.lapresse.ca/screens/05345f71-e649-461d-9fd7-e649f94c0a07_7C_0.html)
- [https://journalmetro.com/actualites/montreal/2437100/sans-bail-au-1er-juillet-des-locataires-demandent-laide-de-quebec/?fbclid=IwAR1Ds\\_Sp2FhHBxeivktvdQ0oowS9vqQ1LnLtl\\_uHI5ubj6PtPV69es2Fmps](https://journalmetro.com/actualites/montreal/2437100/sans-bail-au-1er-juillet-des-locataires-demandent-laide-de-quebec/?fbclid=IwAR1Ds_Sp2FhHBxeivktvdQ0oowS9vqQ1LnLtl_uHI5ubj6PtPV69es2Fmps)

Entrevues

- Au Mini-15 <https://ici.radio-canada.ca/ohdio/premiere/emissions/midi-info/episodes/486517/rattrapage-du-lundi-12-octobre-2020/9?fbclid=IwAR2XsJZ1cWj78hjQ-i9iLxkRBgXJouePzrwHxEwi522o1wvBQd4ifxyiQM>
- LCN <https://www.tvnouvelles.ca/videos/6200227753001>
- Sophie Durocher, QUB Radio: <https://www.qub.radio/balado/on-est-pas-oblig-d-tre-d-accord-sophie-durocher/episode/lint-grale-du-mardi-13-octobre>

Témoignages de la Campagne Cov ça va?

- <https://www.jaiunehistoire.com/temoignages/tag/COVID>