

Octobre 2009

## Les 15, 16 et 17 septembre dernier Les Petits rendez-vous de l'Alternative...

**une rencontre humaine  
et enrichissante!**



Normand Lavoie / Gora Badian



Dominique Taillon / Diane Bellefeuille-Racine

*« Je me sens comme une petite  
plante qui est venue chercher  
dans plein de racines et ce que  
j'ai trouvé intéressant, c'est de  
voir qu'il y a toute une forêt  
d'alternatives... puis, ça donne  
envie de continuer! »*



Myriam Brazeau / Michel Therrien



*Regroupement  
des ressources alternatives  
en santé mentale  
du Québec*



# Les Petits rendez-vous de l'Alternative en santé mentale

## « L'Alternative...c'est fou! »

Nous étions environ une quarantaine de personnes rassemblées sur une base de plein air tout près de Montréal, les 15, 16 et 17 septembre dernier, pour échanger autour des valeurs et des pratiques alternatives. Nouvellement arrivés dans une ressource alternative ou y œuvrant depuis quelques années, intervenantes, directrices, membres de ressources et membres de conseils d'administration des quatre coins du Québec se sont réunis pour échanger et apprendre sur l'Alternative!

Afin de permettre l'émergence d'une atmosphère conviviale, les personnes participantes, dès leur arrivée, ont travaillé en équipe à créer une présentation originale et animée. En soirée, une activité sous le thème *D'où venons-nous ?* nous a fait vivre un véritable voyage dans le temps! L'histoire de la



Une discussion sur le politique avec Robert

santé mentale vue à travers les traitements, les façons de nommer et percevoir les personnes souffrantes, l'évolution de l'organisation des services et des organismes communautaires et alternatifs.

Après une bonne nuit de sommeil, les participants et participantes ont débuté leur deuxième journée en explorant les essentiels et particularités de l'Alternative en santé mentale. C'est d'abord en se questionnant sur ce qui les rattache à leur propre ressource qu'ils et elles ont ensuite découvert ou renoué avec les valeurs portées par le mouvement alternatif.

**« Ça m'a confirmé que je suis vraiment à ma place et que j'ai le goût d'aller dans le même sens que l'Alternative! »**



Une danse avec Jean-Pierre



**« J'ai vu plein de gens intéressants,  
des préoccupations super intéressantes aussi...  
c'est sûr que ça me motive de voir  
que je ne suis pas tout seul à travailler dans ce sens là! »**

**« L'Alternative, c'était seulement un mot pour moi, maintenant ça devient beaucoup plus concret. C'est quelque chose qui entre dans mon système de valeurs (...) et je m'aperçois qu'il y a beaucoup d'autres gens qui partagent une partie de mon système de valeurs et que ça peut être appliqué dans la société (...) »**

L'atelier suivant portant sur *Les ressources alternatives et l'État. La place et le rôle de l'action sociopolitique* aura permis aux participants et participantes de réfléchir collectivement sur des enjeux qui les concernent et de se pratiquer à en faire l'analyse.

**« J'ai beaucoup apprécié la possibilité d'échanger entre nous sur les enjeux des alternatives en santé mentale, l'importance de la vie démocratique dans nos milieux communautaires, du processus, l'implication des membres et du personnel et l'importance de l'éducation populaire! »**

Enfin, deux options de formation ont été offertes aux groupes pour leur permettre de connaître certaines particularités des pratiques alternatives : *La Gestion*

*autonome de la médication et Les défis des pratiques démocratiques dans les ressources alternatives.*

Pour la deuxième soirée, nous avons sorti le pop-corn et avons visionné le film « *Le soliste* ». Une histoire touchante et un excellent film pour faire des liens avec l'Alternative.



Un moment de formation avec Réjeanne et Mathilde

Les membres du C.A. et de l'équipe du RRASMQ ont été très emballés par la passion qui s'est dégagée lors des nombreux échanges. Le Regroupement souhaite renouveler l'expérience chaque année afin de soutenir et de former la relève de l'Alternative en santé mentale.

**« L'Alternative c'est plus qu'une philosophie... ça s'applique dans le quotidien, dans les interventions, dans les milieux de vie! »**





*« J'ai été allumée, encouragée, stimulée, informée et mieux outillée à affronter les défis démocratiques qu'il y a dans notre milieu! »*

*« J'ai vraiment appris ce que ça voulait dire une ressource alternative! »*



*« Moi, c'est la richesse des connaissances, des compétences de tous et chacun qui m'ont nourri... je pars vraiment confiante! »*

Merci aux formateurs et formatrices du RRASMQ et à la générosité des personnes qui ont participé à ces deux journées de ressourcement!  
Malgré le confort rustique des lieux, vous avez su garder le sourire!  
À bientôt pour un autre « Petits rendez-vous de l'Alternative »!