

Nous avons fait ensemble tout un travail pour entendre et recueillir le vécu des personnes de nos ressources autour de situations injustes qu'elles vivent parfois quotidiennement. Un mouvement de solidarité se met en place dans notre regroupement! Ensemble, nous voulons comprendre les causes et agir pour transformer la société! Cette année, l'équipe du RRASMQ vient sur votre terrain, dans vos régions pour accompagner ce processus. Cela débute par une rencontre appelée **POUR FAIRE LA LUMIÈRE**.

Rencontre Pour faire la lumière : qui, où, quand!

Lors de la dernière AGA, d'adorables personnes se sont portées volontaire afin d'organiser la rencontre régionale ou sous-régionale *Pour faire la lumière*. On prévoit réunir entre 20 et 25 personnes en provenance des membres du RRASMQ mais aussi de nos alliés, les groupes régionaux de défense des droits en santé mentale. Soyez attentifs à vos courriels, vous recevrez le formulaire d'inscription sous peu si ce n'est déjà fait!

Calendrier de l'automne

Date	Région / ville de la rencontre	Situation d'injustice choisie (L'ensemble des situations sont illustrées sur des mosaïques et se trouvent sur: www.rrasmq.com/sedonnerdusouffle)
Mardi 23 octobre	Bas-St-Laurent : Trois-Pistoles	À venir
Mardi 30 octobre	Estrie 1 : Sherbrooke	2- Nos mauvaises conditions de vie affectent notre santé mentale!
Mardi 6 novembre	Lanaudière : Joliette	8- On passe outre notre consentement même lorsqu'on dit «non» ou qu'on refuse.
Mercredi 7 novembre	Chaudière-Appalaches : ville à confirmer	2- Nos mauvaises conditions de vie affectent notre santé mentale!
Jeudi 15 novembre	Estrie 2 : ville à confirmer	2- Nos mauvaises conditions de vie affectent notre santé mentale!
Jeudi 22 novembre	Montérégie Ouest : Vaudreuil	1- On nous colle un diagnostic sans tenir compte de nos histoires!
Mercredi le 28 novembre	Montérégie Centre : St-Constant	6- En psychiatrie, on vit la peur et on perd nos droits!
Mardi 11 décembre	Laurentides : ville à confirmer	1 - On nous colle un diagnostic sans tenir compte de nos histoires!

À venir: Montréal, Abitibi, Côte-Nord, Gaspésie...

Activité à faire dans les groupes Pour libérer la parole autour d'une situation d'injustice

Pour découvrir, réagir, partager un vécu ou tout simplement se solidariser autour de la situation d'injustice choisie par votre région, nous convions les ressources à imprimer et exposer la mosaïque qui illustre la situation, dans la ressource. Une fiche d'activité est aussi disponible sur le site pour animer un échange. Faire cette activité dans votre ressource peut être une belle façon de susciter la participation des personnes à la rencontre *Pour faire la lumière* et de les informer.

Rencontre Pour faire la lumière, à quoi s'attendre au juste?

Animée de manière très interactive et participative, nous nous poserons ensemble de bonnes questions pour comprendre les causes de la situation d'injustice choisie: comment elle se produit? Qui en profite? Qui détient le pouvoir sur cette situation? Où et quand survient-elle? Pourquoi?

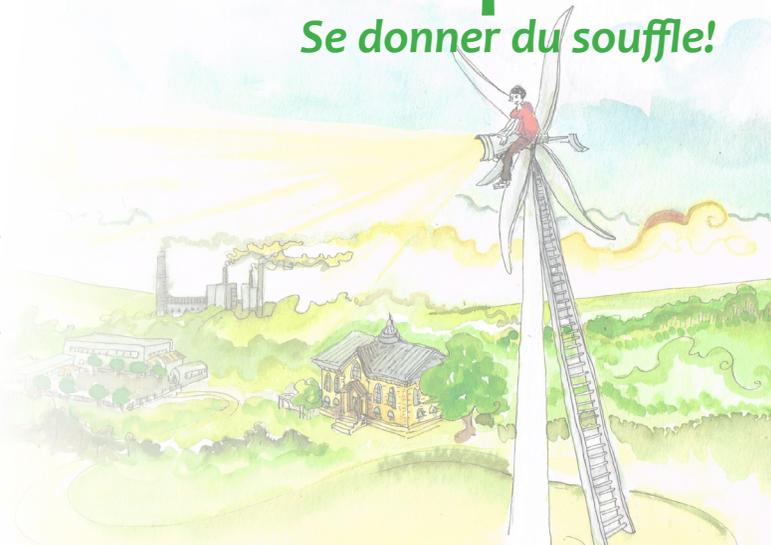
Par le jeu et l'échange en petits groupes, nous dégagerons une analyse de la situation qui sera appuyée par le vécu des personnes et les réalités de votre région. À la fin de la journée, nous serons en mesure de dire ce qui doit changer et nous regarderons comment nous allons le faire ensemble. Une deuxième rencontre vous sera proposée pour établir un plan de revendications.

Nouveautés! Rendez-vous à www.rrasmq.com/sedonnerdusouffle

À la section de la phase 3, vous trouvez toutes les mosaïques, un texte sur le principe *Comprendre les causes* et la fiche d'activité *Pour libérer la parole autour d'une situation d'injustice*. Dans la section de la phase 1, vous trouvez une fiche d'activité *Nous sommes des acteurs de l'histoire* ainsi qu'un texte *L'Histoire pour nourrir le souffle de l'engagement social*. Bonne lecture! Vos commentaires sont bienvenus!

Bulletin spécial

Se donner du souffle!



Regroupement
des ressources alternatives
en santé mentale
du Québec

Se donner du souffle!

Démarche dynamique et collective pour la transformation sociale

