



Santé mentale des QuébécoisEs : des changements nécessaires et attendus
Rassemblement citoyen pour la Journée de l'Alternative en santé mentale

Communiqué – pour diffusion immédiate
Montréal, lundi 8 octobre 2018

Des citoyenNes et des groupes communautaires se sont réunis aujourd'hui à l'invitation du Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec (RRASMQ) afin d'interpeller le gouvernement québécois pour réclamer une action en santé mentale allant dans le sens du cadre biopsychosocial de la Politique en santé mentale de 1989. Sous le slogan : « La pauvreté, le harcèlement, la violence, la perte d'un être cher... ne sont pas une maladie! », ces citoyenNEs invitent nos nouveaux élus à aborder autrement la santé mentale en agissant d'abord les conditions de vie des personnes.

Derrière le diagnostic, les conditions de vie

L'automne dernier, le RRASMQ lançait une large collecte de témoignages sur les causes de la détresse et de la souffrance. Plus de 250 citoyens et citoyennes ont participé à l'exercice en complétant la phrase « Notre santé mentale est affectée quand..? ». L'analyse de ces paroles citoyennes a permis de mettre en lumière les causes les plus fréquentes de la détresse : pauvreté, violence, harcèlement, solitude, perte d'un être cher, environnement de travail malsain... Ces causes, loin d'être marginales, sont reconnues comme étant centrales lorsque vient le temps d'intervenir pour prévenir les problèmes de santé mentale. « Les personnes qui fréquentent les ressources en santé mentale doivent composer avec de nombreuses difficultés : pauvreté, logement de mauvaise qualité, difficultés de transport, isolement, exclusion et discriminations. Or, si on souhaite améliorer la santé mentale d'une personne, il faut d'abord et avant tout qu'elle puisse se réapproprier son pouvoir sur ces différentes sphères de sa vie! » de souligner Anne-Marie Boucher, responsable aux communications du RRASMQ.

Or, les causes psychologiques et sociales des problèmes de santé mentale sont rarement prises en compte lors d'un rendez-vous avec le médecin, et l'accès aux services psychosociaux s'amincit. On constate également que l'information sur les traitements et la médication manquent souvent, au détriment de la primauté de la personne. « **Alors qu'il existe un consensus fort pour une action respectueuse des droits, on remarque qu'il reste beaucoup à faire! Le mouvement social alternatif le martèle depuis 35 ans!** » de dire Chloé Serradori de l'AGIDD-SMQ...

INSÉRER ICI CITATIONS DE ISABELLE MIMEAULT?

Des attentes à l'égard du nouveau gouvernement

Un nouveau gouvernement entrera bientôt en fonction et devra déterminer son action à venir pour favoriser une meilleure santé mentale pour les Québécois et Québécoises. Les attentes sont déjà nombreuses : mettre fin à la pauvreté et à l'exclusion, préparer un prochain plan d'action en santé mentale qui ferait la part belle aux déterminants sociaux de la santé en élargissant sa portée à

l'ensemble des ministères, s'assurer de la primauté de la personne et du respect des droits au sein du réseau de la santé et des services sociaux, favoriser l'accès aux alternatives à la médication, soutenir davantage les groupes communautaires sur l'ensemble du territoire, etc. Afin d'inspirer le gouvernement, les ressources alternatives en santé mentale tiendront, cet automne, une large consultation citoyenne à partir de la question : « À quoi ressemblerait un Québec qui prend soin de la santé mentale? », et se rendront à Québec afin de partager les résultats de ce large coup de sonde à nos nouveaux élus.

L'Alternative en santé mentale

Pour une 6^e année consécutive, les membres du Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec (RRASMQ) soulignent, à l'occasion de la Journée mondiale de la santé mentale (OMS), la Journée de l'Alternative en santé mentale. Les activités auront lieu de Matane à Vaudreuil, de St-Jérôme à Sherbrooke. Les ressources alternatives en santé mentale sont des espaces essentiels pour les personnes et les communautés. Elles accueillent les personnes sans égard au diagnostic, leur offre de l'écoute, des activités d'apprentissage, d'entraide et de participation sociale. L'approche alternative en santé mentale porte une attention particulière aux conditions de vie et propose, aux citoyens et citoyennes du Québec, de se solidariser pour construire une société plus égalitaire, plus accueillante des vulnérabilités diverses et ouverte à la différence, une société où le droit à la santé serait respecté pleinement. Pour plus d'informations : www.rrasmq.com

Contact

Anne-Marie Boucher, responsable aux communications du RRASMQ, (514)984-2349