



Regroupement
des ressources alternatives
en santé mentale
du Québec

Printemps 2015

L'autre Espace

La revue du RRASMQ

Vol. 6 - N°1



L'austérité
au cœur
de notre santé mentale!

LA REVUE

Le Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec (RRASMQ) veut offrir un autre espace d'expression, de prise de parole, de débat et de réflexion pour les ressources alternatives et ses partenaires.

L'autre Espace, c'est un univers où des citoyens et citoyennes sont invitées à réfléchir, à critiquer et à contribuer à la construction d'une société plus juste, plus humaine et plus égalitaire. C'est un lieu où les différences de ressentis, de pensées et d'actions ne sont pas considérées comme des maladies, des handicaps ou des incapacités d'être!

L'autre Espace, c'est l'endroit pour illustrer des pratiques alternatives en santé mentale, pour échanger sur les valeurs et principes qui fondent ces pratiques.

COLLABORATEURS ET COLLABORATRICES À CE NUMÉRO

Annyck Martin
Citoyens et citoyennes
Membres des Ressources alternatives
Fanny Arbour W.
Ghislain Goulet
Honey Goldfish (Mélanie Poisson)
Julie Corbeil
Linda Morin
Lise Roy
Nadia Parée
Rose Sullivan
Sally Robb

RELECTURE

Linda Little, Fanny Arbour W., Raymond Beaunoyer,
Jean-Pierre Ruchon, Nadia Parée

GRAPHISME ET MISE EN PAGE

Nadia Parée

PHOTOS

Ghislain Goulet
Nadia Parée
Simon Terroitin

SOMMAIRE

Éditorial : Austérité, impact sur la santé mentale.....	1
L'hémorragie libérale ne fait que commencer!	4
Témoignages des membres de l'Oasis de Lotbinière	6
La population crie au secours!	8
L'impact des mesures d'austérité sexuées sur la santé mentale des femmes	10
Le manifeste de la souffrance	12
Tanné(e)s d'être pauvre	14
De la réalité personnelle à l'engagement collectif.....	16
La manipulation de l'information.....	20
Sans plainte, ni complainte.....	22
Réappropriation du pouvoir d'agir, de choisir et de faire.....	24
Look at the Rainbow.....	28

Austérité: impacts sur la santé mentale

Fanny Arbour W.

Baccalauréat en travail social (RRASMQ)

« [...] LE COÛT SOCIAL ET ÉCONOMIQUE DE L'AUSTÉRITÉ EST TROP LOURD. C'EST CE QUE RECONNAISSENT MAINTENANT LES ÉCONOMISTES DU FONDS MONÉTAIRE INTERNATIONAL (FMI). ILS AFFIRMENT, DANS UN RAPPORT RENDU PUBLIC EN MARS 2014, QUE LES MESURES D'AUSTÉRITÉ IMPOSÉES AUX PAYS EN ÉCHANGE DE L'AIDE ACCORDÉE PAR LE FMI NUISENT À L'ÉCONOMIE ET À LA CROISSANCE, EN PLUS D'AUGMENTER LES INÉGALITÉS SOCIOÉCONOMIQUES, ÉTANT DONNÉ QUE CE SONT LES PAUVRES ET LA CLASSE MOYENNE QUI SONT DAVANTAGE TOUCHÉS QUE LES MIEUX NANTIS. »¹

La Coalition opposée à la tarification et à la privatisation des services publics a recensé les mesures d'austérité annoncées depuis avril 2014 : compressions en éducation, en santé, dans les services sociaux, dans le développement local et régional, dans l'aide à l'emploi, dans l'aide sociale, dans l'aide juridique, dans l'aide au logement, dans la fonction publique². À cela s'ajoutent les hausses de tarifs d'Hydro-Québec, des centres de la petite enfance (CPE) ainsi que l'augmentation du coût de la vie, du panier d'épicerie...

Il est difficile d'argumenter avec les économistes du FMI. Ces mesures affecteront sans conteste davantage les pauvres et la classe moyenne. Comme l'explique Simon Tremblay-Pépin de l'Institut de recherche et d'informations socioéconomiques, après impôts et après inflation, les revenus du 1 % le plus riche sont en croissance constante alors que les revenus de 90 % de la population stagnent depuis une trentaine d'années.

En effet « [le] Canada a connu la deuxième plus forte croissance du niveau d'inégalité entre 2000 et 2008. Les choix politiques du gouvernement Harper, additionnés aux compressions budgétaires, aux mises à pied dans la fonction publique et aux réductions de services à la population au fédéral et au provincial, contribueront à creuser l'écart. »³

On connaît pourtant les ravages de la précarité sur les individus. Une étude récente nous apprend notamment que « le chômage augmente le risque de suicide de 20 à 30 % »⁴.

« La restructuration du marché du travail et la réduction des effectifs des entreprises durant la contraction de l'économie créent du stress additionnel au travail et un sentiment de précarité de leur poste chez les employés — en raison par exemple d'une augmentation de la charge de travail, d'une conversion au travail à temps partiel ou des mises à pied intermittentes — qui affectent la santé mentale des travailleurs. »⁵

Pourtant, comme l'explique Fabienne Audette, directrice générale de Suicide-Action Montréal, les ressources pour faire face à la situation ne sont pas au rendez-vous : « Nous vivons actuellement une très forte pression à devoir répondre à un volume d'appels qui augmente sans cesse [...]. Depuis trois ou quatre ans, nous avons vu une augmentation de 30 % du nombre d'appels, mais les ressources financières, elles, n'augmentent pas. »⁶

Il ne s'agit là que d'un exemple parmi tant d'autres qui illustre bien l'importance d'agir en amont des problématiques. Il en va de même en santé mentale. Particulièrement lorsqu'on connaît les répercussions de l'augmentation de l'anxiété causées par les mesures d'austérité.

Un cercle vicieux est donc en train de se créer. D'un côté, le temps d'attente pour les services, parfois déjà long, se rallonge, augmentant par le fait même la détresse des personnes. De l'autre côté, les travailleurs doivent répondre à une demande croissante de personnes aux prises avec des problématiques plus graves, et ce, sans effectif supplémentaire, augmentant par le fait même leur niveau d'anxiété. Ces travailleurs, à risque important d'épuisement professionnel, auront à leur tour besoin de soutien, augmentant ainsi la pression sur un système épuisé.



Photo de NP

Alors, comment prendre soin de sa santé mentale lorsqu'on cogne à des portes closes ? N'oublions pas que les médicaments prescrits en santé mentale, dont nous sommes de si grands consommateurs, ne guérissent pas, sans compter qu'ils viennent fréquemment avec leur lot d'effets secondaires indésirables et handicapants.

N'oublions pas, non plus, que nous avons tous une santé mentale et, conséquemment, face aux aléas de la vie, particulièrement en ces temps d'austérité, nous sommes tous susceptibles d'avoir besoin

d'aide. Souhaitons-nous vivre dans une société où ces demandes d'aide ne sont pas entendues ?

Une injustice inhérente à cette situation est que les personnes qui tenteront de se prendre en main, mais n'y parviendront pas, en raison d'un manque d'accompagnement, de programmes amputés, d'emplois inexistantes, etc., seront tout de même perçues comme étant les seules responsables de leur situation. Et ce, avec quels impacts sur leur santé mentale ?

POUR ALLER PLUS LOIN :

1 http://www.lapresse.ca/le-nouvelliste/chroniques/le-monde-vu-dici/201412/15/01-4828452-lausterite-est-inefficace-selon-le-fmi.php?utm_categoryinterne=trafficdrivers&utm_contenuinterne=envoyer_cbp

2 <http://nonauxhausses.org/>

3 <http://www.louisechabot.ca/2015/01/28/encore-plus-dinegalites/>

4 <http://www.ledevoir.com/societe/sante/431505/le-chomage-augmente-le-risque-de-suicide>

5 Ibid.

6 <http://www.ledevoir.com/non-classe/430453/prevention-du-suicide-le-manque-de-ressources-se-fait-sentir>





Steve

Il nous faut réagir rapidement et massivement pour faire de l'éducation populaire et faire circuler l'info au maximum... Le savoir c'est le pouvoir ! Si une chose va mal, il faut d'abord en prendre conscience et ensuite nous avons la possibilité de trouver des solutions et de changer les choses ! Nous sommes le peuple, nous sommes l'humanité, nous sommes le monde...

ENSEMBLE NOUS SOMMES INVINCIBLES !

Comment croire qu'un petit groupe de personne serait plus efficace que des millions voir des milliards pour trouver des solutions à nos enjeux de société ? C'est-ce que certains veulent nous faire croire quand ils prônent la DÉMOCRATIE REPRÉSENTATIVE, qui en fait une OLIGARCHIE :

Petit Larousse 2012 « Peu nombreux, commandement. Régime politique où l'autorité est entre les mains de quelques personnes ou familles puissantes; ensemble de ces personnes. »

Maintenant vous savez dans quel RÉGIME politique vous êtes et ce n'est pas du tout une véritable démocratie ! Quand les peuples exercent eux-mêmes le pouvoir décisionnel, qu'ils décident des orientations de leur société, voilà ce qu'est une VRAIE démocratie (directe) ! Cela fait en sorte qu'une population devient responsable, qu'elle développe sa capacité critique, sa capacité à prendre des décisions par et pour elle-même. C'est par la participation massive de la population à ses décisions collectives qu'une société produit des citoyens de grande qualité (responsables, informés, concernés, connectés entre eux...) La répartition des pouvoirs décisionnels est la voie vers une répartition plus juste et équitable de la richesse.

En intervention, la RÉAPPROPRIATION DU POUVOIR D'AGIR, DE CHOISIR et de FAIRE donne de véritables petits miracles. Les résultats sont là !!! Imaginez si l'on faisait de même collectivement !

L'hémorragie libérale ne fait que commencer!

.....

Honey Goldfish

Membre de l'Éveil de Coaticook

Sur la question des déterminants sociaux, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) estime que les expériences néfastes pour la santé s'avèrent en général le résultat *d'une combinaison toxique de politiques et de programmes sociaux inadéquats, d'ententes économiques injustes et de mauvaises politiques*, ce qui est tout à fait le cas en ce moment au Québec.

En effet, le gouvernement actuel est en train d'appuyer le doigt sur le tissu social, d'écraser le peuple par des coupures inappropriées, en creusant la plaie déjà béante de l'écart entre les riches et les pauvres, créant ainsi une fracture déterminante sur le plan social. Bref, il agit directement sur les multiples facteurs sociaux de manière tout à fait virulente et inappropriée.

STRESS ET MALADIE

Il est prouvé scientifiquement que le stress a un effet déterminant sur le corps humain et qu'il peut être la cause de nombreuses maladies. Les hausses de tarifs à Hydro-Québec, par exemple, seront pour de nombreux foyers québécois une source importante de stress, de même que la diminution ou l'absence de certains services (ex. : centres de crise et travailleurs de rue). Nous pouvons donc dire que ces hausses tarifaires et ces coupures de services auront une incidence sur la santé mentale et physique des Québécois; que ce soit chez les moins nantis comme dans la classe ouvrière ou même la classe moyenne.

Prévenir, c'est guérir, nous expliquait-on dans une lettre ouverte publiée récemment dans Le Soleil et intitulée : « *Personne ne va mourir de moins de prévention...* » *Justement oui!* S'adressant directement au premier ministre Philippe Couillard, elle était signée par plusieurs anciens directeurs de santé publique qui étaient en poste *les cinq années où Philippe Couillard était ministre de la Santé et des Services sociaux*, ce qui ne manque pas de nuire à la crédibilité du gouvernement actuel.

QUI SE SOUCIE DE LA MARGE ?

Si prévenir c'est guérir, renoncer à la prévention, c'est empoisonner la population avec des mesures d'austérité toxiques et des programmes sociaux déficients.

Malheureusement, dans une société de plus en plus individualiste, comme les premières victimes de ces mesures sont les marginaux et les laissés-pour-compte, les biens pensants et les biens nantis ne s'en soucient guère. Ils ont en fait plutôt tendance à approuver des mesures visant à *débusquer les méchants fraudeurs du B.S.* en limitant leurs déplacements à l'étranger, pour ne donner qu'un exemple. Cette mesure et surtout l'indifférence des Québécois vis-à-vis de celle-ci, démontre l'ignorance de la vaste majorité des Québécois sur les conditions de vie réelles du plus faible et du plus démuné de ces congénères, qui ne peut définitivement pas se permettre deux petites semaines de vacances dans l'sud! Il y aurait d'ailleurs ici matière à réflexion sur la *ghettoïsation* des assistés sociaux et la façon dont cette nouvelle mesure vient limiter leurs déplacements, les privant ainsi d'opportunités d'affaires qui pourraient leur permettre de reprendre du pouvoir sur leur vie et peut-être même de quitter la pauvreté...

**...et ceci
ne fait que commencer !**

Malheureusement, le Québécois moyen se soucie peu des marginaux. Il n'en veut pas dans sa cour. Il préfère qu'il reste dans son ghetto et n'en sorte pas, ce qui a pour effet de le marginaliser encore et toujours davantage. L'isolement étant le premier des ennemis de la santé mentale comme physique, cela entraîne de nombreux autres problèmes, ce qui fait qu'en définitive ce faible à qui l'on coupe de plus en plus de services, coûtera de plus en plus cher à l'État, en frais de santé. Jusqu'au jour où il choisira de s'enlever la vie, dans le plus strict anonymat. Qui se souviendra de lui ? Peut-être un ou deux intervenants des centres de crise ou alors d'un organisme communautaire local... ces mêmes organismes dont certains « bien pensants » de ce monde prétendent qu'il y en aurait trop au Québec. Espérons également que cette personne faible et démunie ne résidera pas dans la région de Gatineau non plus, puisque c'est là-bas qu'un centre de crise, le Centre d'aide 24/7, risque justement de fermer ses portes bientôt, étant donné que le gouvernement libéral transfère certaines sommes qui lui étaient allouées vers le réseau public.



Photo de NP

Cette saignée à blanc, que dis-je cette hémorragie ne fait que commencer. Si nous ne faisons rien pour destituer purement et simplement ce gouvernement au service des mieux nantis et si chacun continue d'attendre que le problème se retrouve devant sa propre porte et dans sa propre cour, il sera sans doute trop tard. Oui, car, c'est une liste de plus en plus grande d'*organes-nismes* essentiels du grand corps que constitue notre société québécoise qui se voient infectés chaque jour par ces mesures barbares d'austérité.

BREF RECENSEMENT DES DERNIERS MEMBRES DE CE VASTE RÉSEAU D'ORGANISMES QUÉBÉCOIS QUI ONT VU LEUR BUDGET AMPUTÉ RÉCEMMENT :

QUÉBEC

Le Regroupement des organismes communautaires de la région de Québec signale un manque à gagner de 10 millions de dollars au sein des organismes qui font partie de son association.

Cette situation est dûe aux mesures d'austérité du gouvernement libéral; qui a annulé les 162 millions de dollars de rehaussement prévu par l'ancien gouvernement péquiste, pour les regroupements communautaires autonomes.

SERVICE D'AIDE À L'ADAPTATION DES IMMIGRANTS ET IMMIGRANTES (SAAI):

La perte d'une subvention du ministère de l'Immigration menace la survie de l'organisme.

MONTRÉAL

Les centres d'éducation populaire font face à un avis d'expulsion de la commission scolaire de Montréal.

OUTAOUAIS

L'Agence de la santé et des services sociaux (ASSS) de l'Outaouais ne renouvellera pas le financement de 1,2 million de dollars accordé au Centre d'aide 24/7.

POUR ALLER PLUS LOIN:

- « *Personne ne va mourir de moins de prévention...* » *Justement oui!* Le Soleil
- *Des organismes communautaires tirent la sonnette d'alarme*
- *Un service d'aide aux immigrants touché par les compressions*
- *LA TROCAO dénonce les compressions au centre 24/7* Radio-Canada
- *Manifestation de la dernière chance* Journal Métro de Montréal
- *Les déterminants sociaux de la santé LES RÉALITÉS CANADIENNES* Juha Mikkonen et Dennis Raphael ;
- thecanadianfacts.org

Témoignages des membres de l'Oasis de Lotbinière

L'AUTRE ESPACE

« Je suis totalement en désaccord avec les coupures (l'austérité). Ils ne coupent pas aux bonnes places. Les gouvernements devraient couper aussi dans leurs dépenses à eux en premier. Un chèque d'aide sociale à 616 \$ par mois, 400 \$ de loyer, le gaz pour l'auto, 80 \$ pour l'épicerie, 86 \$ aux 2 mois pour l'électricité, le téléphone, les licences de 250 \$ par an, les assurances auto et habitation, etc. On n'a jamais assez de 616 \$ par mois pour vivre. Je n'ai même pas de télévision. »

« Je ne suis pas d'accord avec toutes les coupures et surtout les augmentations de taxes et d'Hydro. Je trouve que nous en payons assez comme cela. Ce n'est pas nous quand même qui avons créé ce déficit, mais le gouvernement ne se gêne pas pour nous refiler la facture. On en a plus qu'assez de payer pour des dettes que nous n'avons pas initiées. »





Photo de ST

« Ces coupures sont injustes à cause que ça brime les chances qu'on aurait pu avoir comme le PASS, un programme coupé qui est essentiel pour le développement personnel et professionnel, ça rabaisse le monde qui n'ont pas d'argent et ça va faire en sorte que le monde va se rebeller, et ils l'auront provoqué ! »

« Avec les fermetures des caisses, on paie 20 \$ de taxi pour aller chercher un 10 \$ parce qu'on est en milieu rural, c'est complètement idiot ! On reçoit 600 \$ d'aide sociale, on paie 400 \$ et plus de loyers... Comment voulez-vous qu'on arrive en plus de l'augmentation des loyers, de l'épicerie et des tarifs d'électricité. Si ça continue, nous allons tous devenir itinérants. Commençons par couper les salaires des hommes politiques et des fonctionnaires avant de couper les petits.»

L'OASIS : C'est un organisme alternatif en santé mentale dans la MRC de Lotbinière.

C'est d'abord... Pour toute personne vivant un problème de santé mentale, une période difficile, un déséquilibre émotionnel et/ou vivant beaucoup d'isolement.

C'est aussi... Une façon différente d'accueillir la souffrance.

C'est en plus... Un lieu d'entraide favorisant le partage d'expériences et la solidarité qui te permettront de t'impliquer pour faire connaître tes forces.

PLUS D'INFO:

<http://www.oasidelotbiniere.org/>

Adresse : 117, rue Principale, Saint-Flavien, QC G0S 2M0, Canada

Téléphone : (418) 728-2085

Email : oasidelotbiniere@globetrotter.net

La population crie au secours!

.....

Annyck Martin

Si on peut vendre des produits toxiques, comme la cigarette, qui tuent des gens, on peut aussi vendre des idées toxiques, comme l'austérité.

Joseph Stiglitz, prix Nobel d'économie

L'AUTRE ESPACE

Il y a un peu plus d'un mois, j'ai appris que j'allais perdre mon emploi. J'ai alors entrepris d'écrire une longue lettre qui témoigne des effets des mesures d'austérité auprès de la population. L'invitation à publier une version raccourcie de ma lettre dans *L'autre Espace la revue du RRASMQ*, m'a grandement touchée. Après plusieurs essais, je suis forcée de constater que je ne sais pas rendre efficacement en 1000 mots un contenu original qui en fait plus de 4000. Je propose donc de faire un résumé, de vous mettre le lien vers la lettre originale¹ et d'entreprendre en conséquence d'écrire la suite.

RÉSUMÉ DE LA LETTRE ORIGINALE

Je compose avec des limitations fonctionnelles. Au courant de l'année dernière, je m'étais construit un emploi sur mesure qui s'appuie sur certains de mes intérêts, de mes compétences et qui offraient les aménagements dont j'ai besoin. Dans le cadre de mon travail², j'ai élaboré un projet qui répond à des besoins présents dans la communauté. La lettre raconte en quoi mon emploi était une économie pour le gouvernement et comment les mesures d'austérité lui ont porté atteinte, à deux reprises, par différentes voies. Au-delà de ma situation personnelle, la lettre témoigne des conséquences des coupures dans le milieu communautaire et sur les citoyens, notamment ceux en posture de vulnérabilité. J'y exprime ma colère et j'y partage une recherche personnelle de solutions. Ma lettre fait également part d'une initiative, soit la mise sur pied d'une collecte de fonds en ligne intitulée *Osons rêver, soyons fous!*³ visant à soutenir l'Envolée RASM (Ressource alternative en santé mentale), l'organisme communautaire pour lequel j'ai travaillé. En guise de conclusion, j'invitais chacun d'entre nous à s'exprimer et à poser des gestes, à témoigner de façon originale des répercussions causées par les mesures d'austérité sur les personnes et les communautés.

LA SUITE DE L'AVEVENTURE

Une fois la lettre mise en ligne, j'ai entrepris diverses démarches pour la faire connaître. Les retours que j'ai eus se sont avérés positifs. La plupart des personnes ont été sensibles aux propos partagés. Être

sensible aux divers témoignages qui circulent à travers les médias et les réseaux sociaux est un bon départ. Cependant, il en faudra davantage pour influencer sur le cours des choses et faire une différence. D'où l'importance que chacun y mette du sien et de multiplier les actions. Il ne faut pas oublier que les coupures qui se produisent actuellement finiront par affecter la population du Québec en entier. C'est la qualité de vie de tous les citoyens québécois qui est en jeu. Tant qu'il en sera ainsi, à ma mesure et à mon rythme, je compte poursuivre mon action.

Et vous qui lisez cette lettre, que comptez-vous faire?

DÉNONCER LE BÂILLON

Une chose m'a frappée au sujet des rétroactions que j'ai reçues. Parmi les personnes qui se sont montrées sensibles au contenu de la lettre, deux m'ont mentionné ne pas pouvoir soutenir mon initiative malgré leur souhait de le faire. Ces personnes évoluent dans les milieux du journalisme et de l'emploi. Les deux sont liés d'une certaine façon à des organismes sans but lucratif. Par leur retour, j'ai appris que l'appui qu'ils auraient souhaité apporter pouvait être interprété comme une action politique et que cela pouvait poser problème aux organismes auxquels ils sont rattachés. Cela m'a donc fait prendre conscience que, sans le savoir, ma lettre avait elle-même une portée politique. Tout cela m'interroge. À partir de quel moment une initiative citoyenne devient-elle un geste politique? Qu'en est-il de la liberté d'expression dans une so-



Photo de NP

ciété comme la nôtre ? Quel est donc ce système qui cherche à faire taire les voix de ceux qui sont prêts à se mobiliser pour révéler ce qui inquiète et ce qui pose problème ? À mon sens, dans une société démocratique, toute personne devrait être libre de prendre position, de s'exprimer et de poser des actions en conséquence — de manière pacifique et dans le respect des autres — sans que cela inquiète ou ait un impact négatif sur les organismes avec lesquels les personnes sont en relation.

PERSÉVÉRER MALGRÉ L'ADVERSITÉ

Aujourd'hui, je suis sans emploi. Ces dernières semaines ont été éprouvantes. J'ai dû jongler entre la diffusion de la lettre, le lancement de la collecte de fonds, la recherche de financement afin que le projet sur lequel j'ai travaillé puisse poursuivre sa mission. J'ai également entrepris des démarches dans le but de trouver ou de me fabriquer une nouvelle activité professionnelle compatible avec mes compétences, mes intérêts et mes besoins en matière d'accommodements. Pour le moment, rien n'est gagné. Malgré la fatigue, je continue de me démener et de tenter de faire bouger les choses. Je ne donne

pas dans la rapidité, mais je suis persévérante. Ce qui est utile, car je me dois d'être patiente. Il y a certainement une avenue qui s'ouvrira quelque part.

Au sujet de l'austérité, Joseph Stiglitz, prix Nobel d'économie, signale que « les gens ne veulent pas d'une poursuite aveugle de la croissance du PIB, mais une amélioration de leur qualité de vie, un partage de la richesse et un modèle de développement qui est durable. »⁴ Cette volonté est selon lui porteuse d'espoir. En l'état actuel des choses, l'austérité continue de faire des dégâts au Québec et la population de crier au secours! Je continue donc de mêler ma voix à celles des autres. J'en profite pour vous renouveler mon invitation à faire de même, soit à concevoir des réponses créatives. Comme je le disais dans ma lettre initiale, le gouvernement ne peut pas bâillonner toutes les initiatives, surtout si elles se multiplient. Les fourmis sont toujours plus fortes lorsqu'elles travaillent de concert.

POUR ALLER PLUS LOIN :

1 <http://www.annyckmartin.com/une-lettre/>

2 Dynamo ISM consiste en une plateforme d'information et de diffusion des services offerts en santé mentale dans la région de Saint-Agathe et des Pays-d'en-Haut : <http://dynamo-ism.com/>.

3 <https://www.canadahelps.org/fr/pages/osons-rever-soyons-fous/>

4 Joseph Stiglitz, Le Devoir rencontre Joseph Stiglitz, prix Nobel d'économie - L'austérité, quelle idée toxique!, 13 avril 2013. <http://www.ledevoir.com/economie/actualites-economiques/375627/l-austerite-quelle-idee-toxique>

L'impact des mesures d'austérité sexuées sur la santé mentale des femmes



Lise Roy

« Entrée chez soi » Ressource alternative en santé mentale

L'AUTRE ESPACE

LES FEMMES SONT FRAPPÉES DE PLEIN FOUET PAR LES POLITIQUES D'AUSTÉRITÉ DU GOUVERNEMENT QUÉBÉCOIS, SELON LE RAPPORT DE L'INSTITUT DE RECHERCHE ET D'INFORMATIONS SOCIO-ÉCONOMIQUES (IRIS), PUBLIÉ EN MARS DERNIER. EN FAIT, SELON CE RAPPORT, LES MESURES DE RELANCE, AXÉES PRINCIPALEMENT SUR DES PROJETS DE CONSTRUCTION D'INFRASTRUCTURES, AVANTAGENT PLUS LES HOMMES QUE LES FEMMES, ALORS QUE LES COUPES DANS LES SERVICES PUBLICS AFFECTENT PARTICULIÈREMENT LES FEMMES. C'EST AINSI QUE LES CHERCHEURS ÈVE-LYNE COUTURIER ET SIMON TREMBLAY-PÉPIN AVANCENT QUE L'ÉCART ENTRE LES HOMMES ET LES FEMMES S'EST AGRANDI. TOUS ÉGAUX DEVANT L'AUSTÉRITÉ ? IL FAUDRAIT PLUTÔT DIRE QUE CERTAINS, NOMMÉMENT LES HOMMES, SONT PLUS ÉGAUX QUE TOUTES LES FEMMES, CONCLUENT LES CHERCHEURS.

Dans le même sens, de nombreuses études (en Europe) sur les mesures d'austérité mises en place à la suite de la crise de 2008, mettent en lumière que lorsque les gouvernements réduisent à la fois leur support financier direct aux personnes, ainsi que l'embauche de travailleurs et travailleuses dans les services directs et les services offerts à la population ces compressions affectent d'abord les femmes.

CES ÉTUDES PARLENT D'ELLES-MÊMES. C'EST CLAIR!

Mais qu'en est-il sur le terrain ? Toutes les sphères de la vie des femmes se trouvant affectées lorsque de telles mesures viennent bousculer leur quotidien, nous constatons un effet direct sur leurs conditions de vie. Les situations de crise affectent plus et plus vite les personnes déjà fragilisées. Les conséquences sont majeures sur la santé mentale des femmes et sur les enfants. Pour illustrer mon propos, je vous présente quelques situations-types de femmes inspirées de celles que nous avons rencontrées dans notre organisme ces derniers mois.

CONCRÈTEMENT LORSQU'ON FAIT APPEL À NOUS.

Lorsqu'Émilie m'appelle, elle sort de l'hôpital où elle vient de passer cinq (5) semaines. En dépression depuis deux (2) mois, vivant beaucoup d'anxiété suite à une séparation où elle vivait de la violence, Émilie ne peut compter sur sa famille et n'a aucun endroit où aller. Je la réfère en maison d'hébergement pour femmes. Mais c'est une solution temporaire. Par manque de logements sociaux et manque de

soutien financier, « certaines femmes n'ont d'autre choix que de retourner avec un conjoint violent ».

Sarah pour sa part est une jeune mère monoparentale de trente-et-un (31) ans, n'ayant que son chèque d'aide sociale pour nourrir ses enfants de sept (7) et treize (13) ans. Vivant de l'insécurité par rapport aux coûts d'épicerie et inquiet de l'augmentation d'électricité à venir, elle vit beaucoup d'anxiété et de stress, son médecin lui prescrit des médicaments pour l'aider à dormir. Elle rêve d'un retour aux études... les fins de mois sont difficiles... et commencent parfois très tôt dans le mois. On pourrait multiplier les statistiques démontrant que la précarité frappe plus les femmes qui élèvent seules leurs enfants. Comme si, d'une certaine façon, elles se trouvaient socialement pénalisées par leur situation familiale et que cette situation était destinée à perdurer. Mais pour les familles monoparentales, ces mesures d'austérité ne font que surajouter à une précarité quasiment structurelle.

Je pourrais aussi vous parler de Carole, en dépression depuis sept (7) mois suite au décès de son fils et toujours en attente de services psychosociaux au CLSC ou de Louise cinquante-quatre (54) ans, épuisée et fragile après un épisode psychotique dont elle se relève à peine qui doit prendre soin de son père malade. Il est en effet démontré que lorsque la sphère publique se débarrasse de ses responsabilités collectives, ça retourne dans la sphère privée, donc dans la double tâche des femmes. En effet, « la prise en charge de personnes malades au sein de la famille est souvent assumée par des femmes ».

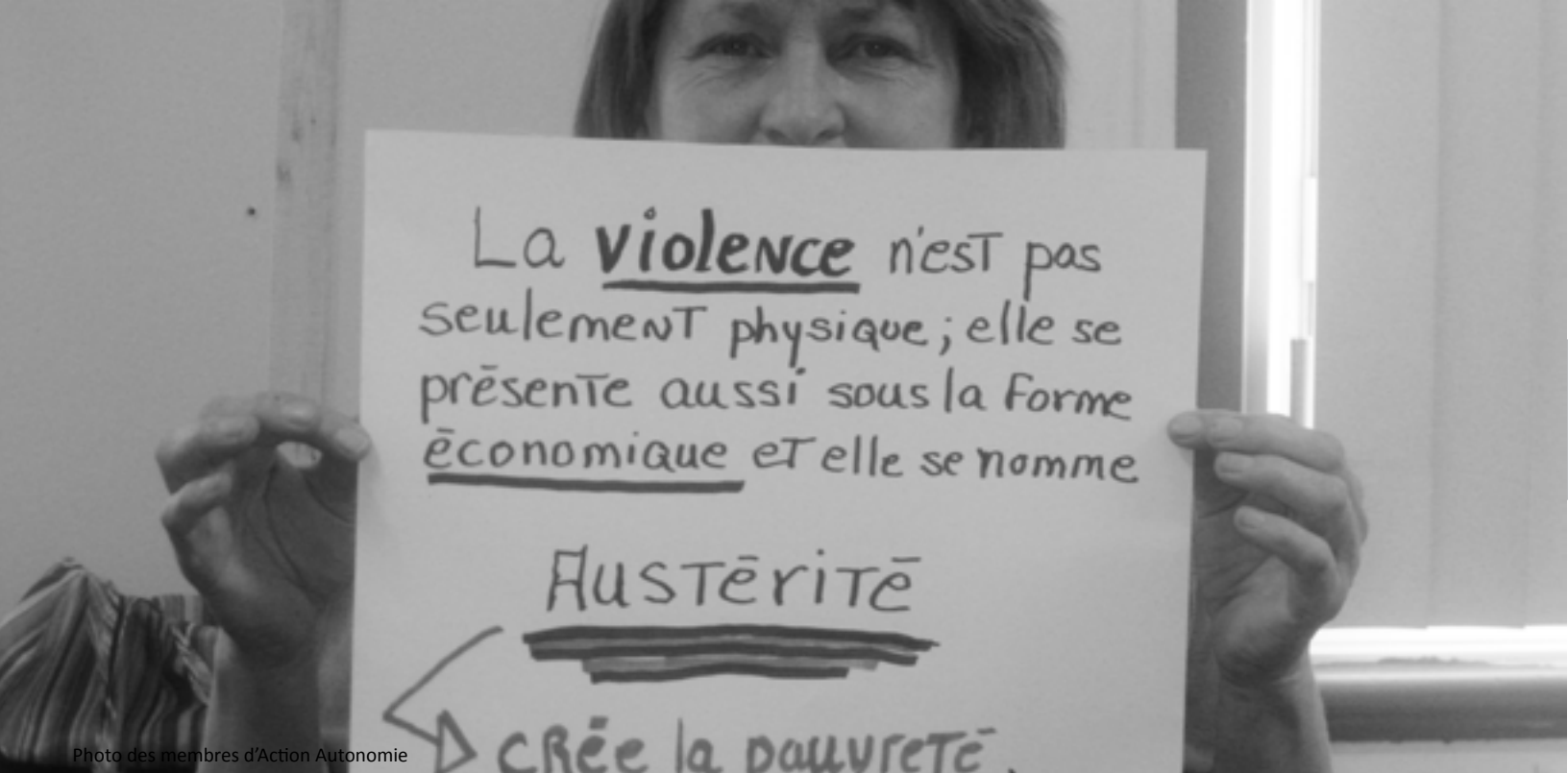


Photo des membres d'Action Autonomie

DANS LE MILIEU DE LA SANTÉ

Au moment de rédiger ce texte, l'avenir pour les travailleuses du domaine de la santé n'est pas rose!

L'une de nos partenaires, Julie, quarante-trois (43) ans, occupe un poste-cadre dans un CSSS. Elle vient d'apprendre que son poste est coupé. Elle a peur des difficultés à retrouver un emploi bien rémunéré et assorti de bonnes conditions. Elle est très inquiète à l'idée de devoir s'éloigner de chez elle. « Les coupes effectuées dans le secteur public ont bien d'autres effets négatifs plus difficiles à mesurer sur les femmes », écrivent les chercheurs de l'IRIS. De plus, Julie sait qu'elle ne sera pas remplacée et s'inquiète des répercussions négatives sur les services à la population. « Ces gens doivent se trouver un nouvel emploi. Or il n'y a pas tant de postes aussi spécialisés dans les régions ». Le rapport de l'IRIS signale qu'en Europe cette perspective d'une dévalorisation professionnelle a même entraîné « un certain retour à la maison des femmes ». Un choix que les compressions combinées dans d'autres secteurs (aidants naturels, CPE...) risquent de favoriser.

D'autres exemples concernent la retraite anticipée pour certaines femmes, notamment dans le réseau de la santé, si elles veulent éviter les mesures d'appauvrissement proposées dans le cadre budgétaire du gouvernement actuel, alors que d'autres travailleuses, par exemple dans le milieu communautaire, n'osent envisager de prendre un jour leur retraite car elles n'ont jamais eu accès à un fonds de pension et n'ont pas réussi à faire les économies nécessaires!

UN GRAND DÉFI

Dans une optique d'austérité, l'argent qu'on met dans le secteur privé est considéré comme de « l'investissement » alors que ce qui va dans le secteur public est considéré comme « des dépenses ». Pour réduire les dépenses, on agit donc dans le secteur public (services de santé, impliquant le communautaire, éducation...) Comme par hasard, le secteur public est occupé à 75% par des femmes. Les femmes sont donc à la fois touchées comme utilisatrices majoritaires des services et des programmes sociaux mais aussi comme travailleuses.

Pas rose non plus la situation des travailleuses des organismes communautaires!

Confrontés par des situations alarmantes chaque jour avec peu de ressources, les impacts sont majeurs sur la santé mentale des travailleuses des groupes de femmes et de nos ressources alternatives en santé mentale. Des risques d'une part d'être submergées par les demandes du réseau de la santé et d'autre part de ne pouvoir répondre aux besoins d'une population appauvrie, aux prises avec une santé mentale fragilisée par la peur, l'inquiétude et des problèmes grandissants liés à la pauvreté. Les conditions difficiles risquent de se détériorer davantage. Les femmes qui soutiennent auront à leur tour un grand besoin d'être soutenues à tous les niveaux. Voilà un grand défi dans un contexte où la pauvreté se conjugue, trop souvent, au féminin!

Note: Tous les noms sont fictifs et les exemples sont inspirés de situations vécues dans notre région ou dans une autre région du Québec.

Le manifeste de la souffrance

.....

Honey Goldfish

Membre de l'Eveil, personne communautaire en santé mentale (Coaticook)

Vous, monde moderne aseptisé, vous vous réclamez du droit de mourir dans la dignité. Vous, qui vous réclamez du droit au soulagement de votre mal de vivre. Avec votre morphine, vos antidépresseurs, vos relaxants et même, vos anti **PSY**chotiques... vous préférez cette petite pilule du bonheur, à tous vos malheurs.

Mais moi, je les aime, mes malheurs, je les aime, mes faiblesses ! Moi, je me réclame du droit de vivre ma souffrance. Comme du verre broyé dans mon cœur, cette régurgitation du fond de mes tripes n'est qu'un message incompris. Cette souffrance est mon fardeau, que je porte à bout de bras, comme un étendard, où que j'aille et quoi que je fasse.

J'ai le droit, dans un moment de grande torture, et en toute lucidité, de vivre cette douleur, de la sublimer, de la transcender. Cette agonie fait partie intégrante de moi. Si je l'ignorais ou que je l'endormais avec quelque médicament ou quelque drogue, je perdrais mon humanité. Je perdrais ce qui fait de moi un être à part.

*Je suis spéciale,
Je suis unique,
Je suis moi.*

De mes souffrances sont nées les plus belles de mes aventures, les plus grandes de mes épopées, mes qualités, comme mes défauts, mes forces comme mes faiblesses. Plusieurs fois, lorsque j'étais enfant, je suis tombée... J'ai cette cicatrice au niveau du genou... Elle témoigne de ma hardiesse. Puis cette autre petite marque sur mon coude, qui me rappelle qu'il vaut mieux parfois rester éveillée, être vigilante... Toutes ces marques, sur mon petit corps, comme autant de souffrances, racontent une grande histoire. C'est le livre de ma vie, gravé dans ma chair et dans mon âme, comme sur du papier carbone ; *blanc sur noir, comme un trait de lumière dans les ténèbres de mes nuits*. Malgré mes souffrances, je brille de toute mon âme, dans ce monde cruel.

*Une âme torturée,
Une âme rapaillée,
Une âme écartelée.*

Si vous n'aimez pas poser les yeux sur mon corps grossier, mes dents ébréchées et mon âme de vagabonde... Si vous ne pouvez supporter cette différence, et même cette souffrance qui se devine parfois sous le masque des civilités, ce n'est pas mon problème.

*J'ai le droit de souffrir,
Comme vous avez le droit de mourir,
Dans la dignité et le respect.*

Je passe la moitié du temps à me reconstruire et l'autre à me recueillir. Très souvent je souffre. Dans mon âme. Dans ma chair. Dans mon cœur. J'accepte ces petites choses, comme des occasions, de réexaminer ma vie. J'accueille mes souffrances, comme des occasions de grandir. Eh oui, je l'admets volontiers, cela ne fait pas de moi une personne très «productive».

ET ALORS?

Ça aussi, c'est mon droit, que de prendre du temps pour souffrir, du temps pour guérir et me reconstruire, à mon propre rythme. Je ne suis pas un robot. Je souffre. Je suis un être humain. C'est normal.

Vous parlez du droit de mourir dans la dignité. Moi je voudrais parler du droit de souffrir dans la dignité. Laissez-moi donc continuer à croire que la Souffrance ne détruit pas l'Espérance.

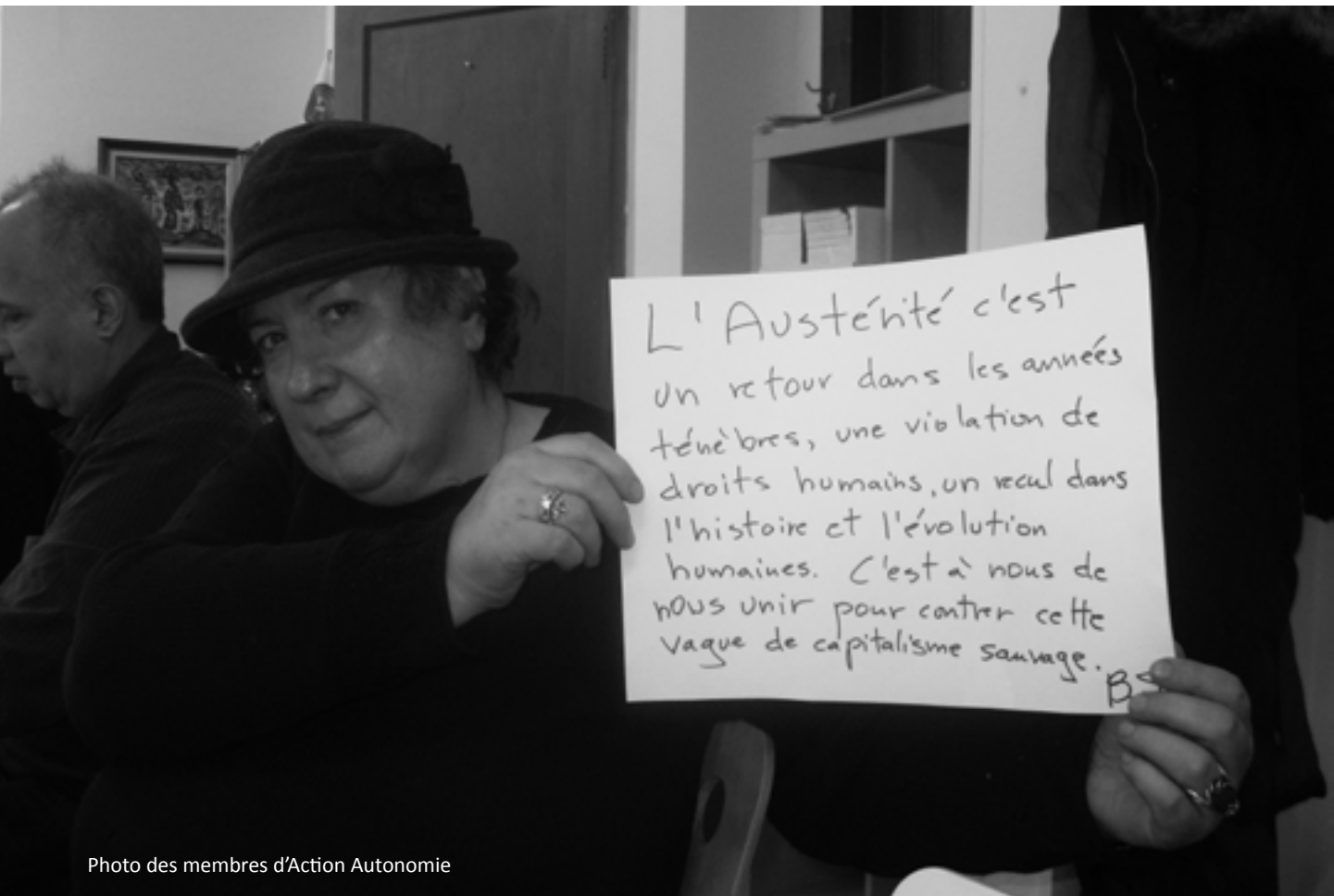


Photo des membres d'Action Autonomie

NOTE DE L'AUTEURE :

Évidemment vous l'aurez deviné, ceci est une réponse envers tous ceux qui se réclament du droit de mourir dans la dignité et en faveur du suicide assisté, mais aussi envers tous les proches de personnes vivant des difficultés, des problématiques de santé mentale, des troubles d'ordre émotionnel ou des souffrances... Proches qui préfèrent cent fois les voir sous traitement et surmédicamentés plutôt que d'être confrontés à cette souffrance, qui les renvoient vers leur propre mal de vivre...

Dans un monde où il n'est plus permis d'être différent, de souffrir ou d'être en marge du système, un monde où même la mort est en train d'être mécanisée... je prie personnellement pour que la compassion redevienne une des valeurs centrales de cette société beaucoup trop individualiste.



Tanné(e)s d'être pauvre



Nadia Parée
Agente de communications au RRASMQ

« Je ne me sens pas reconnue dans ma problématique et pour moi les programmes offerts sont incohérents » « ça sonne occupationnel, mais dans le fond c'est une job. Me payer un Subway à 5\$, moi ça me prend une journée pour le gagner. Quand t'es serré pis que t'arrive pas, c'est pire qu'une dépression. La pauvreté, ça tue! »

Citations tirées des témoignages des membres du comité.

L'AUTRE ESPACE

TOUT A COMMENCÉ AU PRINTEMPS 2014, PAR L'ARRIVÉE DE SYLVAIN À UNE RENCONTRE DE L'ENSOLEILLÉE (ORGANISME ALTERNATIF EN SANTÉ MENTALE À LAC-MÉGANTIC) SUR LE PARCOURS D'INTÉGRATION SOCIOPROFESSIONNELLE. CELUI-CI A LANCÉ « MOI CHU TANNÉ D'ÊTRE PAUVRE! », sa phrase a donné naissance au comité 'Tanné(e)s d'être pauvre'. Un mouvement de mobilisation s'est mis en place dans l'organisme. Le comité est composé d'une dizaine de personnes, elles se sont rassemblées et mobilisées pour dénoncer la situation, leurs situations.

L'autre Espace a interviewé Patricia, membre du comité et de la ressource L'Ensoleillée depuis quelques années.

POURQUOI AVOIR MIS EN PLACE UN TEL COMITÉ?

Le comité : Nous avons besoin de mettre nos vécus en commun, d'en parler.

Nous nous sommes rendus compte que nous avons un sentiment d'impuissance et d'injustice. Les programmes proposés sont bons, mais les salaires eux nous maintiennent dans la pauvreté. « Après plusieurs années de programmes, je veux pouvoir être payée convenablement pour le travail que je fais ».

Nous voulons trouver des solutions concrètes à cette pauvreté perpétuelle. Nous voulons améliorer notre sort tout en respectant nos limites. En clair, nous voudrions que les personnes qui ont des contraintes sévères à l'emploi puissent gagner la différence entre les prestations mensuelles et le seuil de faible revenu, sans être pénalisées. À l'heure actuelle, un revenu supplémentaire maximum de 100 dollars par mois est autorisé pour conserver le plein montant de sa prestation.

***Être ensemble,
c'est être plus fort!***

QU'AVEZ-VOUS FAIT JUSQU'À PRÉSENT ?

Le comité: Nous nous sommes réunis à de nombreuses reprises et nous continuons encore aujourd'hui.

Dans un premier temps nous avons fait le bilan de ce que l'on nous proposait comme possibilité de retour en emploi et ce que nous, nous souhaitons. La plupart d'entre nous sommes incapables de faire un retour à l'emploi à temps plein sur le marché du travail, mais nous désirons pouvoir être payés pour les quelques heures que l'on est en mesure de faire. Nous réclamons la possibilité d'être actif sur le marché du travail sans toutefois perdre ou se faire couper l'aide sociale.

De nos rencontres, nous avons décidé de lancer une pétition avec le support des personnes-ressources : Emmanuelle Durocher, coordonnatrice du Centre des Femmes du Granit, Linda Gendreau, directrice de L'Ensoleillée, Sylvie Fortin et Josiane Breton, animatrices des rencontres. Cette pétition a été déposée à l'Assemblée nationale le 26 avril dernier. Nous avons eu l'appui du député provincial Ghyslain Bolduc, qui a accepté de déposer la pétition à l'Assemblée nationale.

Le comité a bénéficié d'une formation grâce à la TROVEPE (Table ronde des organismes volontaires d'éducation populaire de l'Estrie). Le formateur, Alexandre, est venu donner des pistes pour faire pression sur le gouvernement, suite au dépôt de la pétition. Grâce à des outils concrets, il a permis au groupe de comprendre comment s'y prendre pour que les moyens de pression utilisés soient efficaces

et aient du poids. Cette formation permettait également aux participants de réfléchir pour trouver eux-mêmes les moyens concrets qu'ils souhaitaient utiliser pour faire pression.

Très vite, d'autres organismes de la région (Les Soupapes de la Bonne Humeur : organisme pour les personnes handicapées, La Bouée : maison d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale, CSSS du Granit...) ont soutenu l'initiative et ont diffusé la pétition. Puis, nous avons eu l'appui du milieu communautaire notamment de l'Estrie, de Montréal, du Saguenay, de l'Abitibi-Témiscamingue, de Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine, du Bas-Saint-Laurent et de la Montérégie avec la diffusion de la pétition sur de nombreux médias sociaux et à travers Internet ou par des courriels envoyés aux réseaux. Ces organismes nous ont aussi manifesté leur appui à travers des lettres de soutien.

Nous avons appris à rédiger un communiqué de presse, à nous préparer pour faire des interviews, à rencontrer d'autres organismes communautaires et à tisser des liens avec des membres de notre communauté. C'est agréable et surprenant de voir que nous avons pu être écoutés et partager notre expérience. Nous avons eu des retombées médiatiques dans la presse locale et régionale. Et nous travaillons fort pour diffuser notre voix afin d'être entendus.

QU'ESPÉREZ-VOUS DANS UN FUTUR PROCHE ?

Le comité: Nous avons récolté plus de 2000 signatures, mais pour nous ce fut plus qu'une pétition, mais bien des rencontres constructives, gratifiantes et stimulantes par le biais de partages expérientiels.

Pour l'avenir, nous voudrions nous sortir de la pauvreté tout en respectant nos limites, ne plus être stigmatisés ou exclus, être payés de manière juste, favoriser une vraie intégration dans le monde du travail qu'importe le nombre d'heures travaillées pour que notre qualité de vie puisse être réelle.

Photo du comité Tanné(e)s d'être pauvre



L'ENSOLEILLÉE: L'Ensoleillée est une ressource alternative qui permet de chercher et de trouver avec la personne accueillie des moyens de rétablir, de développer et de maintenir un sentiment de bien-être émotionnel, d'harmonie intérieure. L'Ensoleillée est aussi une ressource qui suscite la réflexion collective de sa communauté à propos des déterminants sociaux d'une bonne santé mentale et travaille à démystifier le concept de santé mentale. Pour se faire, des conférences grand public sont organisées deux fois par année et les semaines de la santé mentale et de la prévention du suicide sont soulignées dans notre communauté.

Les activités sont : accueil, écoute, lieu de rencontre, relation d'aide, activités communautaires, promotion des droits, plateau de travail, entraide, informations et références, luminothérapie, ateliers thérapeutiques (psycho-éducatif, art, méditation), prêt de livres, CD et DVD.

La participation démocratique et la contribution des membres sont essentielles à la pleine réalisation de la mission de l'organisme.

4663, rue Dollard Lac-Mégantic (Québec) G6B 1G5
Téléphone: 819-583-5727
Télécopieur: 819-583-5728
Courriel: ensoleil@axion.ca

Pour aller plus loin :

<http://www.echodefrontenac.com/mobile//actualitedujour.asp?IdNouv=3392>

<http://www.pressreader.com/canada/latribune2636/20150228/282540131792420/TextView>

<https://www.facebook.com/pages/LEnsoleill%C3%A9e-Ressource-alternative-en-sant%C3%A9-mentale/218165335058401?ref=hl>

De la réalité personnelle à l'engagement collectif

Julie Corbeil, intervenante en action communautaire à Projet P.A.L., ressource alternative en santé mentale, et membre du comité de suivi du Mouvement collectif pour un transport public abordable.

LA CHERTÉ DES TRANSPORTS EN COMMUN, UN EXEMPLE DE LUTTE POPULAIRE DANS UN CONTEXTE D'AUSTÉRITÉ

LES FRAIS DU TRANSPORT EN COMMUN : FACTEUR D'ISOLEMENT

Les conditions de vie des personnes en situation de pauvreté ne cessent de se détériorer. L'augmentation du coût de la vie, des tarifs d'Hydro-Québec, des loyers, l'insuffisance des prestations d'aide sociale, etc. rendent de plus en plus difficile la capacité des ménages à faible revenu de répondre à leurs besoins. De plus, l'embourgeoisement des quartiers entraîne un déplacement de ces ménages loin des services qui leur sont destinés et avec la pénurie de logements sociaux ou abordables, les personnes en situation de pauvreté n'ont souvent d'autre choix que de s'exiler dans d'autres quartiers. Elles vivent alors éloignées de leur réseau social, de leur famille et amis, des groupes communautaires avec lesquels elles ont développé un lien d'appartenance. Loin de leur médecin et des services sociaux dont elles ont besoin, l'utilisation des transports en commun est alors essentielle pour ces personnes. Mais lorsque les coûts des transports publics sont incompatibles avec leur budget, les personnes à faible revenu en sont injustement exclues et doivent se résoudre à restreindre leurs visites aux parents et amis ou à limiter leur participation à des activités offertes par la ville ou par un organisme communautaire.

« Moi ça ne me touche pas personnellement parce que je n'ai pas besoin de prendre l'autobus pour fréquenter mes centres communautaires 5 jours sur 7. Je ne pense même pas à aller à des centres qui nécessiteraient le transport en commun parce que je sais que je ne peux pas me le permettre. Mais j'ai plusieurs amis qui doivent se payer une passe pour faire les mêmes activités et quand ils n'ont pas les moyens, c'est des tickets à chaque fois et à la fin du mois t'as plus les moyens ne serait-ce que d'aller chercher un repas. »

Sylvain,
participant au comité anti-pauvreté de Projet P.A.L.



Collectif pour un transport public abordable

LES HAUSSES DES FRAIS DE TRANSPORT EN COMMUN : FACTEUR D'EXCLUSION SOCIALE

Être limité dans ses déplacements en raison des frais inabordables du transport participe à l'exclusion et à l'isolement social des personnes à faible revenu qui doivent, comme tout un chacun, se déplacer pour répondre à leurs besoins, que ce soit pour chercher de l'emploi, aller à la banque alimentaire, visiter des proches, trouver assistance dans un groupe communautaire, se rendre à un rendez-vous médical...

À cette réalité, s'ajoute les multiples et récentes mesures d'austérité annoncées par le gouvernement libéral qui contribueront à appauvrir davantage les plus vulnérables en plus d'accroître les difficultés d'accès à certains services de proximité. Dans ce contexte, les nouvelles hausses des frais de transport en commun de janvier dernier n'ont fait que rendre encore plus difficile l'accès à ce service public et à l'exercice de leur droit à la mobilité. Par contre l'incapacité d'accéder aux services de transport pour les personnes en situation de pauvreté s'accroît année après année depuis déjà longtemps avec des hausses dépassant largement l'augmentation du coût de la vie.

La TROVEP de Montréal souligne d'ailleurs cette distinction dans un mémoire déposé lors de la consultation publique de l'Office de consultation publique de la ville de Montréal sur la mobilité durable.

« (...) On constate en effet que cette forte tendance à des hausses des tarifs de transport en commun ne suit pas l'évolution des revenus des ménages. Ainsi, depuis le milieu des années 90, les usagers-ères ont eu droit à des hausses moyennes deux fois plus élevées que l'inflation. Pour les ménages les plus pauvres, qui n'ont pas d'auto, les hausses tarifaires des dernières années mettent carrément en péril la possibilité de se déplacer. »¹

Le 1^{er} janvier 2015, le prix de la passe mensuelle passait à 82\$. Il s'agit d'une augmentation de 17% en cinq ans alors que la passe mensuelle en 2010 coûtait 70\$. Mais c'est l'augmentation du prix d'un passage unique qui n'avait pas augmenté depuis 2011 qui a fait le plus mal. En effet, passant de 3\$ à 3,25\$ cette hausse du billet a fait plus mal que les autres puisque c'est le titre de transport le plus utilisé par les personnes à faible revenu n'ayant trop souvent pas les moyens de budgéter autrement qu'à la pièce. Pour illustrer les choix difficiles auxquels elles doivent faire face chaque mois, certains membres de Projet P.A.L. soulignent que « 3\$ c'est le prix d'un billet d'autobus, mais c'est aussi ce que coûte une pinte de lait! »

LES FRAIS DE TRANSPORT EN COMMUN : MOTEUR DE PARTICIPATION CITOYENNE

Projet P.A.L. est une ressource alternative en santé mentale qui existe depuis 1975 ayant pour mission de se consacrer à l'amélioration des conditions de vie de ceux et celles qui vivent avec des problèmes de santé mentale. Plusieurs membres de Projet



P.A.L. sont prestataires de l'aide sociale et vivent d'un faible revenu. La plupart

d'entre eux ont vécu ou vivent de l'isolement et de l'exclusion sociale. Cet isolement est souvent accru par le fait que leur faible revenu ne leur permet pas d'utiliser les transports collectifs.

À l'automne 2011, des membres de *Projet P.A.L.* se sont réunis à l'occasion de la *Journée mondiale du refus de la misère*. En conclusion de cet après-midi d'échange, les participants ont proposé d'agir concrètement pour l'amélioration de leurs conditions de vie en ciblant les frais du transport en commun. C'est ainsi qu'est né le *comité anti-pauvreté de Projet P.A.L.* comme première étape, le comité a élaboré un argumentaire pour un tarif réduit des frais de transport en commun pour les prestataires de l'aide sociale qui a été adopté par l'assemblée des membres et le conseil d'administration. Par la suite, le comité invita à une rencontre plusieurs groupes communautaires sensibles à ce problème. Cette réunion se solda par la constitution d'une coalition à laquelle participent activement *Projet P.A.L.* et les membres du *comité anti-pauvreté*.

Le *comité anti-pauvreté de P.A.L.* est rapidement devenu un lieu rassembleur pour les membres motivés à revendiquer de meilleures conditions de vie. Ce comité s'active à sensibiliser le public à ce problème méconnu de plusieurs. L'enjeu des frais du transport en commun n'a pas seulement d'impacts sur le quotidien des personnes à faible revenu. Plus largement, l'exclusion et l'isolement accentués par l'incapacité de plusieurs à utiliser les transports publics restreignent aussi leur participation citoyenne. En étant exclues du transport public, les personnes sont brimées dans leur liberté de se mouvoir, leur capacité d'habiter leur ville, leur possibilité d'exercer pleinement leur citoyenneté. Comme le souligne la TROVEP de Montréal dans son mémoire Le droit à la mobilité : un droit qui s'inscrit dans la réalité par une tarification sociale, « Favoriser l'accès à la mobilité est indispensable à l'insertion des populations en difficultés et le renforcement du lien social. »

Que les membres de *Projet P.A.L.* se mobilisent depuis près de quatre ans sur cette question démontre non seulement l'importance qu'ont pour eux les tarifs du transport en commun dans une démarche visant à améliorer leur qualité de vie, mais aussi à quel point il est rassembleur de pouvoir participer au changement, d'être un citoyen actif, mobilisé et mobile.

POUR ALLER PLUS LOIN :

- 1 TROVEP Montréal (2013) Le droit à la mobilité : un droit qui s'inscrit dans la réalité par une tarification sociale! Présenté lors de consultation publique de l'Office de consultation publique de la ville de Montréal (OCPM)
- 2 TROVEP Montréal (2013) Le droit à la mobilité : un droit qui s'inscrit dans la réalité par une tarification sociale! Présenté lors de consultation publique de l'Office de consultation publique de la ville de Montréal (OCPM)

« Depuis le mois de septembre 2014, je participe au comité anti-pauvreté. Cela m'a permis de plus élargir mes connaissances des enjeux de la pauvreté qui se passent dans notre société. Exemple, le jour symbolique du refus de la misère et les hausses des coûts du transport en commun de la S.T.M. M'impliquer m'a permis d'être plus active en faisant par exemple quelques manifestations pour démontrer mon insatisfaction. De plus, m'impliquer m'a permis non seulement d'avoir plus de connaissances mais aussi de pouvoir amener mes idées, mes questionnements et parfois mes argumentations. En résumé, je perçois le comité anti-pauvreté comme une école et sans aucun doute cela m'a permis de briser mon isolement et favoriser mon estime de soi et ma confiance en moi. »

Véronique,
participante au comité anti-pauvreté de P.A.L.

LES FRAIS DE TRANSPORT EN COMMUN : FACTEUR DE MOBILISATION SOCIALE

Le *Mouvement collectif pour un transport public abordable (MCTPA)* est une coalition de groupes communautaires, de citoyens et de citoyennes qui revendiquent un tarif social pour les personnes à faible et très faible revenu afin qu'elles aussi aient accès aux transports publics. Depuis le début des années 2000, le problème de cherté des transports publics comme facteur d'exclusion sociale est un dossier porté par le milieu communautaire. En 2012, la mobilisation autour de cette problématique a connu un nouveau souffle qui mena à la création du *Mouvement collectif pour un transport public abordable*. Cette coalition rassemble des groupes de défense des droits des prestataires de l'aide sociale, défense des droits des aînés, des locataires, des personnes ayant des problèmes de santé mentale, des centres de femmes, des groupes d'alphabétisation, d'éducation populaire, etc. Lors du premier rassemblement organisé par le MCTPA, des élus de la Ville de Montréal affirmèrent publiquement être favorables à la tarification sociale du transport en commun. Quelques mois plus tard, en mai 2013, une motion demandant à la STM de réaliser une étude sur la faisabilité d'une tarification sociale pour les personnes à faible revenu était adoptée par le conseil municipal de la Ville de Montréal. Cette nouvelle reconnaissance de la problématique,



confirmée aujourd'hui par des déclarations de l'actuel maire de Montréal, Denis Coderre, a certainement été un important gain pour les militants et militantes du MCTPA qui, fiers de leur engagement, continuent d'être nombreux et nombreuses à participer aux assemblées générales et aux actions de visibilité. À cette victoire, s'ajoute l'intérêt nouveau des médias pour le problème de cherté des transports et la récente mise sur pied d'un comité de travail conjoint entre des représentants de la STM et du MCTPA qui étudient ensemble les possibilités de mettre en place un tarif social à Montréal.

« (...) Je m'implique par souci de bien-être de mes amis. Il est important pour moi de faire partie d'une coalition pour dénoncer la réalité des gens et cela a entraîné une écoute et des discussions avec la STM. »

Sylvain,
participant au comité anti-pauvreté de P.A.L.

Pour les membres de *Projet P.A.L.* qui sont impliqués dans le comité anti-pauvreté et au sein d'une mobilisation plus large comme celle du *Mouvement collectif pour un transport public abordable*, voir des médias, des citoyens, des élus et des décideurs entendre leurs messages, considérer leur réalité, reconnaître leurs difficultés et décider d'agir leur redonne espoir que la mobilisation n'est pas vaine. Leur engagement part de leur réalité personnelle, mais l'attention sociale nouvellement portée sur cet engagement renforce leur mobilisation et permet d'en faire une lutte collective, une lutte populaire où la voix des personnes directement touchées par le problème est entendue.

« Je trouve ça cher parce que j'ai besoin de voyager beaucoup et je n'ai pas de papier du docteur. Donc il faut que je marche à la place. Je trouve ça stressant en hiver parce que je peux attraper froid. Je prends aussi des pilules qui me rendent étourdi. Beaucoup de personnes sont dans cette situation, d'autres ont des problèmes plus graves, ils ont de la misère à marcher ou d'autres problèmes physiques ou psychologiques. Faire partie d'un groupe me donne du pouvoir et donne au groupe le pouvoir de combattre, de défendre les plus vulnérables. En contestant et en ayant le pouvoir de riposter, je me sens bien et peux surmonter mes difficultés personnelles. »

Denis Savoie,
participant au comité anti-pauvreté de P.A.L.

LE DROIT À LA MOBILITÉ EN PÉRIODE D'AUSTÉRITÉ : UN PAS VERS L'EXERCICE CITOYEN

En cette période d'austérité, alors que les services publics et les programmes sociaux sont attaqués de toute part par différentes mesures, coupures et réformes; alors que les conditions de vie des plus vulnérables sont mises à prix par la tarification et la privatisation des services essentiels; alors que les acquis sociaux s'effritent par le désengagement de l'État et que des droits sont menacés par l'arrogance de nos gouvernements, l'engagement citoyen et la mobilisation sociale sont sollicités et sont essentiels.

Dans ce contexte, la défense du droit à la mobilité est aussi incontournable parce qu'étroitement liée à l'exercice citoyen et à la capacité des gens d'être actifs socialement en plus de permettre de pouvoir se déplacer pour répondre à leurs besoins. L'incapacité pour les personnes d'exercer leur droit à la mobilité que ce soit en raison des tarifs, de l'aménagement du territoire, de la desserte, de l'accessibilité physique ou autre contribue à l'isolement et à l'exclusion sociale. En aggravant la pauvreté, l'austérité rend de plus en plus difficile la possibilité pour les personnes à faible revenu de se déplacer et met en péril l'exercice citoyen.

En attendant une volonté politique d'améliorer les conditions de vie des personnes en situation de pauvreté, l'action sociale et collective demeure bien vivante dans le milieu communautaire comme en témoignent les nombreux appels à la mobilisation contre l'austérité de la dernière année. L'importante participation des groupes et de leurs membres à ces actions, tout comme des exemples de lutte populaire comme celle menée par le *Mouvement collectif pour un transport public abordable* sont porteurs d'espoir et de succès populaires. Par ces luttes, nous soutenons l'exercice citoyen et suscitons l'engagement des personnes directement concernées. Alors que plusieurs déplorent l'apathie et le désengagement, célébrons l'ampleur de nos mobilisations.



**LE COÛT DU
TRANSPORT EN COMMUN
ON N'A PAS LES MOYENS
D'AIMER ÇA**



**Pour un service public
accessible à tous !**

La manipulation de l'information

Fanny Arbour W.
Baccalauréat en travail social RRASMQ

« On crée d'abord un problème, une « situation » prévue pour susciter une certaine réaction du public, afin que celui-ci soit lui-même demandeur des mesures qu'on souhaite lui faire accepter. »¹ Il s'agit d'une des dix stratégies de manipulation selon Noam Chomsky.

SOMMES-NOUS MANIPULÉS?

Prenons l'exemple suivant qui a été répété à maintes reprises depuis des mois : afin d'atteindre l'équilibre budgétaire, des coupures de 3,2 milliards de dollars sont nécessaires. En effet, la croissance annuelle prévue des programmes gouvernementaux est de 6,1 % alors que, selon les revenus du gouvernement, cette croissance ne peut être de plus de 2 %. Conséquemment, 3,2 milliards de dollars en dépenses prévues doivent être coupés.

À ce sujet, la conférence de Simon Tremblay-Pépin de l'Institut de recherche et d'informations socio-économiques (IRIS) intitulée « conséquences de l'austérité et les autres façons de faire »² s'avère très intéressante. En effet, Tremblay-Pépin y explique que la croissance anticipée de 6,1 % représente l'augmentation de budget demandé par chacun des ministères au Conseil du trésor. Ce dernier étant responsable d'élaborer le budget des dépenses du gouvernement, il est raisonnable de penser que les augmentations demandées ne soient accordées qu'en partie. Ainsi, le pourcentage avancé n'est pas une réalité, mais une théorie. À ce moment, pourquoi ce chiffre est-il avancé comme un fait établi ? Pour Tremblay-Pépin, il s'agit de la stratégie du grand *fiou* : « on ne coupera que la moitié de cette somme, fiou ! », ce qui permet d'atténuer la résis-

tance aux coupures. Voyez-vous le parallèle avec la citation de Noam Chomsky ?

« La catastrophe est-elle à nos portes? On peut sérieusement en douter. Faut-il réduire la dette en procédant à des compressions importantes dans les services publics ? Rien n'est moins sûr. Il est même très possible que les politiques budgétaires actuellement mises de l'avant mènent à une augmentation de la dette. En effet, le gouvernement du Québec semble vouloir à la fois imposer l'austérité et financer largement le secteur de la construction par d'importants investissements publics en infrastructures. Cette stratégie a d'ailleurs participé à favoriser la morosité économique que nous venons de traverser tout en faisant augmenter la dette. »³

Dans ce cas, quelles sont les visées des mesures d'austérité? Qui ressort gagnant de la situation actuelle ?

Deux choses sont certaines. D'abord, le 1 % le plus fortuné de la population continue de s'enrichir même en temps d'austérité (voir graphique). Ensuite, il est nécessaire de développer une pensée critique afin d'analyser les informations que l'on nous donne. En effet, être bien informé est primordial, mais cela implique un travail de la part de chacun d'entre nous.





Dans le cadre de mon stage au RRASMQ, j'ai conçu une animation sur le thème de l'austérité afin d'entamer une réflexion sur les questions suivantes :

- Quels sont les impacts dans ma vie des mesures d'austérité (coupures de services/hausse de tarifs) ?
- Quels sont les impacts collectifs ?
- Quelles sont les actions/pistes de solutions possibles (individuelles et collectives) ?

Les détails de l'animation ainsi que le matériel nécessaire à sa réalisation sont disponibles au RRASMQ.

POUR ALLER PLUS LOIN :

- 1 <http://www.breizh-info.com/21658/actualite-societale/les-dix-strategies-de-la-manipulation-par-noam-chomsky/>
- 2 <https://www.youtube.com/watch?v=kmSrN11X-zE>
- 3 <http://iris-recherche.qc.ca/blogue/la-dette-une-raison-pour-se-faire-mal>

Sans plainte ni complainte



Rose Sullivan
Sources: FACEBOOK (www.facebook.com/lecafes)

VOICI MON TÉMOIGNAGE. JE NE VEUX PAS ÊTRE PLAINTÉ, JE NE VEUX PAS ÊTRE PRISE EN PITIÉ, JE VEUX SIMPLEMENT DÉPEINDRE MA RÉALITÉ, CAR ELLE EST SEMBLABLE À CELLES DE NOMBREUSES AUTRES PERSONNES, ET PLOGUER UN ORGANISME SUR LEQUEL JE TRAVAILLE COMME UNE FOLLE, MÊME SI PARTIR UN ORGANISME EN TEMPS D'AUSTÉRITÉ C'EST ASSEZ SUICIDAIRE...

L'AUTRE ESPACE

J'aime autant le dire honnêtement que le faire mine de rien, je suis plus capable d'hypocrisie, même quand c'est pour une bonne cause...

J'ai été élevé dans un milieu dysfonctionnel, parfois violent, souvent inégalitaire envers les femmes, rarement sécurisant. J'ai fait une dépression à 14 ans, en partie à cause de médicaments qu'on ne devrait pas donner à une enfant de 14 ans, en partie sans doute à cause que ça laisse des traces, une enfance toute croche. J'ai eu des diagnostics d'anxiété généralisée et de TDAH au début de l'âge adulte et j'ai fait une autre dépression à 17 ans suite à la prise d'un médicament qu'on ne donne plus aux moins de 18 ans et aux moins de 100 livres; deux caractéristiques que je présentais alors. On le donne de moins en moins en fait à cause de ses effets secondaires reconnus sur la santé mentale, même si c'est la santé mentale que c'est supposé aider. J'ai aussi été suivie dans la vingtaine, je pensais être bipolaire parce que j'étais heureuse et confiante, après deux ans de suivi (j'ai fini par tomber



sur un médecin humain qui voyait plus loin que ses représentants pharmaceutiques, je crois) ma psy m'a expliqué la différence et m'a dit que j'étais aussi atteinte de TDHA...

Pendant tout ça, j'ai été au cégep et à l'université malgré les obstacles financiers et ceux qui se sont pointés pendant mes études, j'ai fait des erreurs dans mon parcours scolaire et mes prêts et bourses ont été coupés avant la fin de mes études collégiales. J'ai été admise à l'éducation permanente, mais j'ai décroché en voyant ma dette augmentée et à cause que je trouvais ça moins stimulant, j'étais aussi pas mal épuisée je dois avouer, j'avais deux enfants, et je ne voulais pas prendre de stimulants et autre merde qui aident tant d'étudiants à tenir le coup. J'ai toujours eu de très bonnes notes quand je le souhaitais vraiment, des notes moyennes quand je ne me forçais pas trop.

J'ai été intervenante psychosociale auprès de personnes sans domicile fixe, en santé mentale et en déficience intellectuelle/ TED jusqu'à 26-27 ans. Jusqu'à 27 ans, j'ai navigué entre une certaine aisance financière (à 25 000\$ par année, je filais vraiment à l'aise) et des difficultés surtout dues à mon incapacité à m'affirmer auprès des hommes qui ont partagé ma vie, aussi à cause de certaines conneries et erreurs, je suis humaine. J'ai maintenant



trois enfants, trois filles. À 27 ans j'ai décidé que j'en avais assez de la pauvreté/insécurité financière. J'étais en faillite et même sans les créanciers au cul et avec deux emplois je n'arrivais pas. J'ai décidé de faire aussi de l'entretien ménager à mon compte.

Ça fonctionnait pas pire, avec une job dans la vente la fin de semaine et quelques heures de remplacement en intervention c'était ok, mais le père de ma dernière et moi on s'est séparé, ça a été difficile. Je suis allée vivre en colocation dans un 4 1/2 en attendant que mes allocations familiales me soient reversées (un changement et c'est stoppé ces prestations pourtant nécessaires...) Entre-temps, une fois, puis deux, puis trois, j'ai accepté des offres d'hommes qui souhaitaient "m'aider", en échange de trucs xxx, évidemment. Je pensais que je n'avais plus rien à perdre,

j'étais open de nature et j'avais survécu à pire, alors j'ai accepté une fois, puis deux, puis trois, et j'ai fait pas mal de trucs dans le genre ensuite.



C'était temporaire, mais ça a duré plus longtemps que prévu. Et quand j'ai réalisé que j'étais le pion d'une industrie qui n'avait rien à foutre des femmes qui la font rouler et que j'ai eu assisté et été la cible d'horreur, j'ai fait une dépression majeure. Ce n'était pas la première fois, mais c'était incomparable au reste. C'est mes enfants qui m'ont motivée à aller à l'hôpital. Après 4 fois j'étais assez suicidaire et physiquement malade pour qu'ils me prennent en charge pour vrai. J'ai un diagnostic de stress post-trauma sévère, mais l'Ivac ne me dédommage pas, même s'ils reconnaissent mon statut de victime, ils font des erreurs qui retardent les décisions et me font payer cher les miennes, ils transmettent à moitié les documents à leur avocate, bref je vais en audience sous peu, mais je m'attends à rien, je le fais par principe, ou par masochisme, je suis plus certaine.

J'ai réussi à sortir de tout ça et à m'en servir positivement, en m'engageant à fond auprès d'autres femmes, entre autres en démarrant un organisme qui vient en aide aux femmes avant, pendant et après la prostitution, et ce, peu importe leur opinion sur la question. Je vais mieux sérieusement, mieux que ben du monde, mais je suis extrêmement révoltée, j'ai encore des

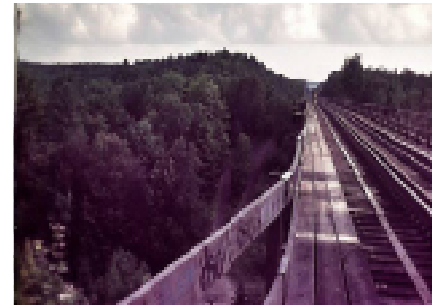
problèmes de santé, j'ai encore des séquelles et financièrement je suis paumé même si je travaille dans un autre organisme aussi, qui me paie très bien, mais qui ne peut donner plus d'heures que leur besoin. J'attends des subventions et dons de fondations pour me verser un petit salaire, le CA est d'accord, je passe 30 heures par semaine à mettre l'organisme en place et à faire du soutien direct, et je sais que ça va venir, c'est peut-être pour ça que je tiens le coup même quand je suis épuisée par ma colère.

Je vais à l'aide alimentaire et avec d'autres gens qui y vont je fais des échanges, je reçois des dons pour l'organisme, mais certaines personnes m'en font en insistant pour que je les garde pour moi et je me retiens de pas pleurer d'émotion chaque fois que j'en reçois un, parce que j'ai cessé de croire en l'humanité, alors ça m'émeut. Je suis pas mal sensible. Je pratique la simplicité involontaire chaque jour, j'étire tous les paiements possibles mêmes si c'est stressant, je vis à crédit une partie du mois, j'ai des dettes non urgentes, mais stressantes, j'ai plus à faire semblant d'avoir oublié ma carte de guichet pour emprunter du gaz 24h, c'est quand même bon au fond, ma situation s'améliore alors que d'autres se détériorent... Mais bref, j'étais déjà en mode survie depuis un bout quand le gouvernement a été élu, je ne peux faire autrement que contester leurs mesures. Je vois chaque jour des hommes et des femmes qui en subissent les conséquences ou qui s'apprêtent à les subir en stressant, et je vois aussi chaque jour des gens qui en abusent...

Je suis à l'image de l'organisme que j'ai fondé, débrouillarde et contente avec très peu, mais c'est très lourd parfois et de nou-

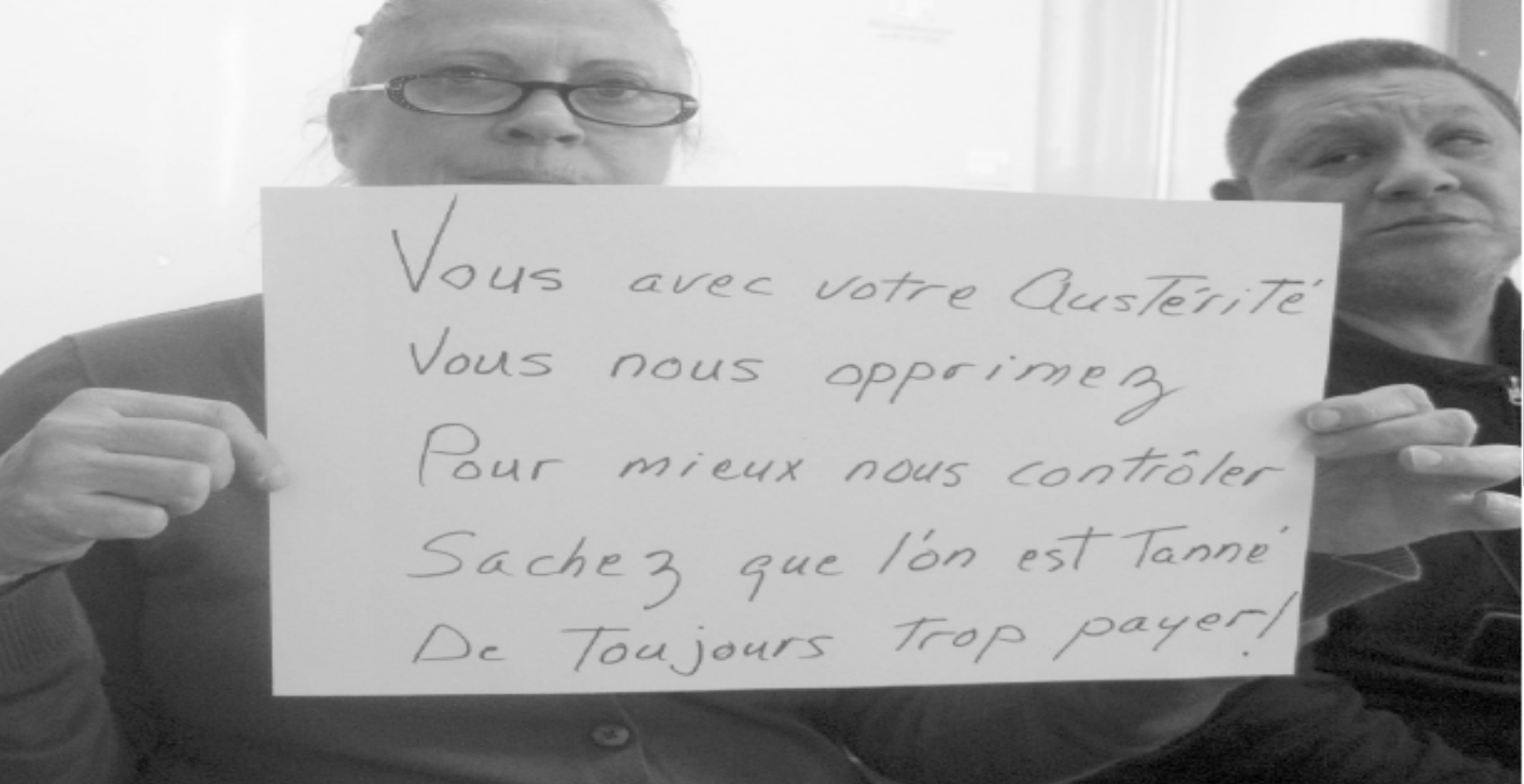
velles coupes et compressions ne m'aident pas et n'aident pas les femmes pour qui je travaille si fort. J'en ai plus qu'assez. Je me sens déchirée entre travailler au bien-être collectif de façon concrète et travailler à la révolte collective, parce que ne rien faire, ça me rend malade, alors j'essaie de faire les deux en même temps, mais je suis une humaine, j'ai besoin de sommeil.

Je suis désillusionnée à force d'entendre des histoires d'injustices et de violence systémique, je pense que si je n'avais pas d'enfant et pas de conscience je me serais fait kamikaze depuis un bout, j'en ai, alors je gobe mes pilules (les bonnes, enfin!!!) et je me stimule en aidant, parce que c'est ce que je fais de mieux et qui me semble le plus utile.



Mon histoire est douce comparée à plein d'autres, j'en entends chaque semaine des plus difficiles à écouter, c'est pour ça que j'en ai assez de l'inertie des gens qui nient encore qu'on est dans la merde et qu'on se dirige vers un gouffre au Québec, et c'est pour ça que je témoigne, parce que même si je sais que certains jugent et condamnent, je me dis que si ça ouvre les yeux à une personne, ça va valoir les jugements de tous ceux qui osent juger en ne comprenant pas que bientôt, si rien ne se passe, ils et elles pourront aussi témoigner des effets de l'austérité sur leur vie.





Daniel

L'Austérité rend de plus en plus de gens pauvres. Cette situation ne doit plus continuer. Il y a trop de services coupés dans ce régime qui n'a pas de sens. Les effets à long terme de l'Austérité vont faire que de plus en plus de gens n'auront pas les soins auxquels ils ont droit et il y aura plus de décès. À ce moment-là, on peut dire que le gouvernement n'a pas de conscience.

Manon

Groupe d'entraide Pi-Après -Le Phoenix de St-Jean-sur-Richelieu connaît des difficultés financières depuis 1 an déjà. Il s'agit de la seule ressource de première ligne pour les gens vivant avec une problématique en santé mentale à St-Jean, et en tant que directrice, je vois concrètement les conséquences sur notre clientèle, souvent en attente d'un rendez-vous avec un psychiatre. Nous sommes un filet de sécurité pour les personnes vulnérables qui ont besoin d'écoute, de soutien et de support et qui désirent reprendre du pouvoir sur leur vie et se rétablir. La précarité de notre situation nous amène aussi, nos pairs-aidants et moi, à vivre cette inquiétude constante. Les gens n'auraient plus d'organisme pour se retrouver, briser leur isolement et se mettre dans l'action pour se rétablir. Il s'agit d'une période bien sombre pour nous dans le communautaire....

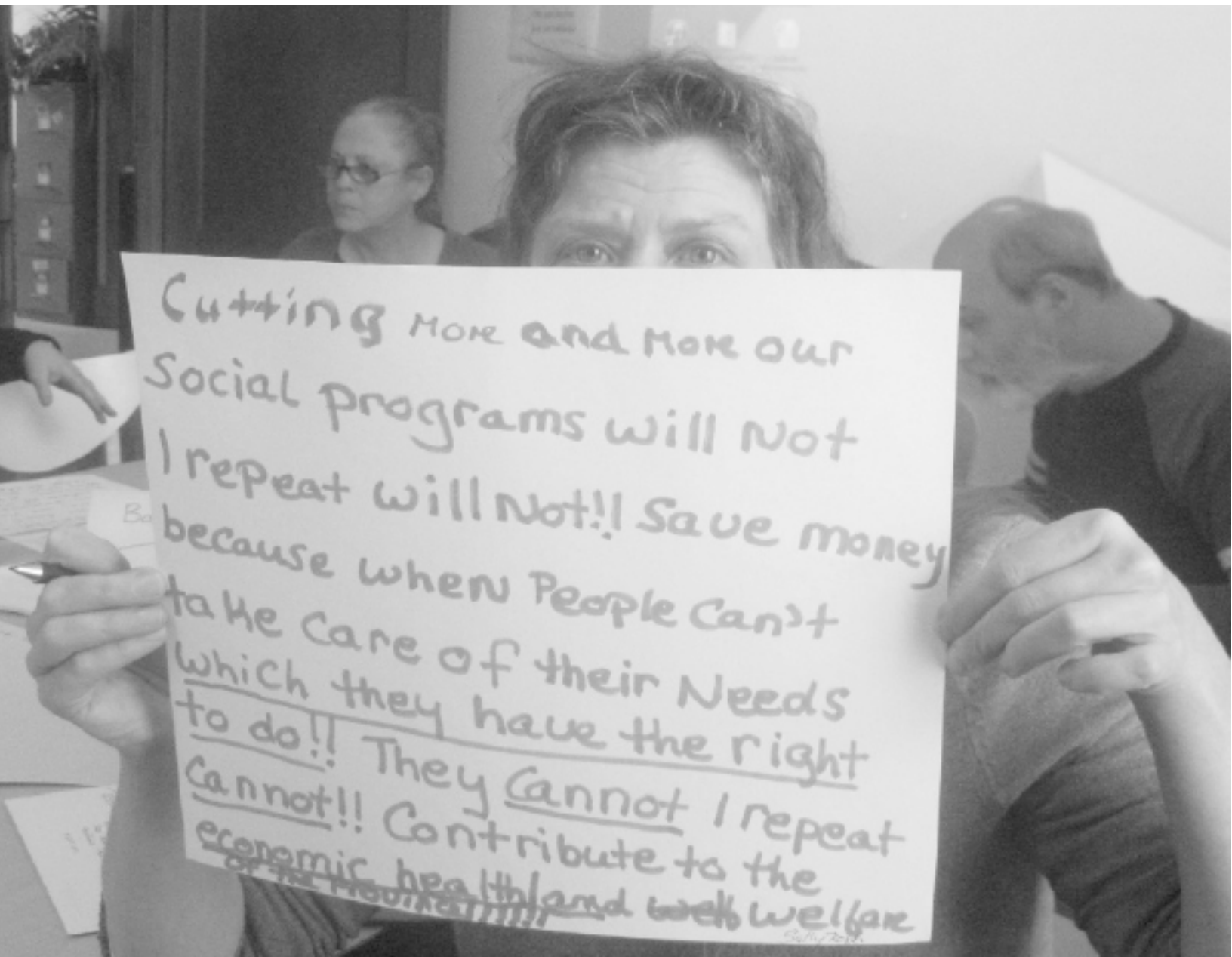


Photo des membres d'Action Autonomie

Mike

L'Hydro-Québec coûte trop cher. Je veux que ça coûte moins cher par mois, car je n'arrive pas. C'est l'hiver que c'est le pire. J'ai moins d'argent, car je dois payer des grosses factures pour l'électricité.

Je m'inquiète si mon programme PAAS-Action s'arrêtera. Si je n'ai plus ce programme :

- Je n'aurai plus beaucoup de choses à faire
- Je vais aller moins souvent au Phare source d'entraide parce que je vais être moins motivé
Ça fait du bien sortir de la maison
- Présentement, ça me fait une job, je ne travaille plus dans les usines, les épiceries, les champs d'oignons. Ça n'était pas l'fun travailler dans ces endroits-là. Ici, les boss sont gentils, ils ne me criaient pas après. Toutes mes expériences, ça n'a jamais marché, on me poussait trop.
- Ça serait dommage de perdre cela, car j'aime ça, je me sens utile.

Ben

***DE NOS JOURS,
ON DEMANDE DE L'AIDE ET ON NE RÉUSSIT PAS À EN AVOIR.***

- Avoir des services pour remplir des formulaires
- Pour écouter les gens lorsqu'ils demandent de l'aide. Au CLSC, ils nous disent qu'ils ne font plus cela. Alors, on se sent rejetés. Ensuite on essaie d'avancer et ça bloque.
- Je me sens invisible lorsque j'essaie de parler à un intervenant du CLSC pour avoir des conseils. On dirait que ça ne fonctionne pas, alors je déménage dans une autre ville pour avoir quelque chose pour passer à travers. Souvent, je pense au suicide.
- Je n'ai pas plus d'argent (aide sociale) et les choses coûtent plus cher. Surtout pour la nourriture.
- Je vais au centre d'action bénévole, et le cannage qu'ils me donnent me rend malade.
- À l'épicerie, j'ai de la misère parce que tout est cher. Je ne sais pas quoi acheter alors j'achète ce qui est le moins cher et je mange toujours la même chose.
- Je mange un repas à un repas et demi par jour.
- Mon système s'est habitué à ne pas déjeuner, alors je n'ai plus faim le matin.

Daniel

Voici mon expérience avec les hôpitaux :

La propreté des hôpitaux n'est pas bonne (lavabos, toilettes, robinets). Déjà, ce n'est pas propre. J'ai entendu aux nouvelles que nous devons payer nous-mêmes pour le nettoyage de notre lit et de notre chambre. Vous devriez plutôt augmenter le nombre de personnes pour nettoyer les chambres de bain et tout, et inspecter la propreté des lieux. Quand je vais à l'hôpital, j'ai peur d'attraper les microbes des autres.

RÉFÉRENCES:

Facebook «Coupures de services & hausses de tarifs - rrasmq» Témoignages de janvier à avril 2015
 Membres d'action Autonomie
 Membres du Phare source d'entraide
 Membres du Vaisseau d'Or (des Moulins)

Look at the Rainbow

.....

Sally Robb (septembre 2012)
(Traduit de l'anglais par Sally Robb et Marie-Laurence Poirer)
Membre d'Action autonomie

L'AUTRE ESPACE

*Il semble qu'être cruel envers autrui est à la mode
dans le monde dans lequel on vit*

*L'attention à l'autre est peu présente dans ce monde
merveilleux*

Notre société linéaire ne lui donne pas de place

Pourquoi ? Est-ce trop pur, trop bon, trop juste ?

*Nous acceptons mal de laisser quelqu'un sortir de la LIGNE
... Parce que ça ne se fait pas*

*Chacun doit suivre la ligne, respecter les règles
Tant pis si ces règles font en sorte que certains
n'ont pas de place*

*Ceux et celles qui ne jouent pas le jeu comme on le veut
courent le risque d'être coupés en petits morceaux,
comme une pièce de viande*

*Nous tolérons mal que quelqu'un porte d'autres couleurs que
le blanc et le noir auquel nous sommes habitués*

*Nous ne supportons pas qu'autrui soit différent, marche avec
d'autres paires de bottes
... Parce que ça nous paraît trop étrange*

*Nous sommes là avec notre fouet... prêt dans le cas où
quelqu'un choisirait
de s'écarter de la ligne*

*Nous refusons d'accepter toutes les couleurs de l'arc-en-ciel
... Parce que ça déstabilise notre routine*

Photos de Sally Robb au 30^e anniversaire du RRASMQ en 2013



LE RRASMQ

Fondé en 1983, le RRASMQ est un organisme à but non lucratif porteur de l'Alternative en santé mentale qui regroupe plus d'une centaine de ressources alternatives réparties sur le territoire du Québec.

Les ressources alternatives agissent d'une part en amont pour tout ce qui concerne la prévention, l'information et la sensibilisation sur la santé mentale. D'autre part, elles travaillent au quotidien pour et avec des personnes (hommes et femmes, jeunes et moins jeunes, etc.) qui vivent ou qui ont vécu des problèmes de santé mentale ayant eu une influence importante dans leur vie. Ensemble, ces ressources forment le RRASMQ et sont porteuses de l'Alternative en santé mentale !

INVITATION À PARTICIPER À LA REVUE

Le RRASMQ invite ses ressources membres et ses partenaires à collaborer à *L'autre Espace. La revue du RRASMQ*.

Dans un souci de participation et d'implication démocratique toujours plus grand des personnes (usagères et intervenantes) provenant des ressources alternatives, la revue se veut un lieu d'information, un outil de réflexion et d'analyse ainsi qu'un espace d'expression des personnes sur différents sujets touchant les réalités de la santé mentale. Elle est aussi le lieu où les partenaires et amis du RRASMQ sont invités à partager des points de vue et des expériences qui invitent à une vision « autre » de la santé mentale.

Nous vous invitons grandement à participer, car la liberté (d'expression) se défend au jour le jour par des personnes qui restent à l'affût !

Le comité de lecture

APPEL DE COLLABORATION VOLUME 6, NUMÉRO 2

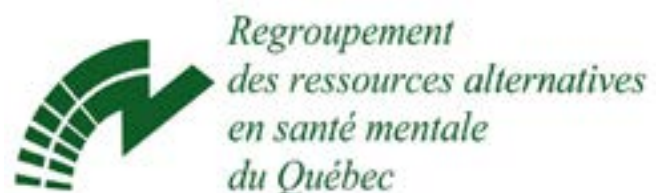
Le numéro de l'automne prochain abordera le thème des jeunes et de la santé mentale

La date de tombée des articles est le **15 septembre 2015**.

Merci de prendre contact avec
Raymond Beaunoyer
rasmq@rrasmq.com

**LA REVUE ET LES AUTRES PUBLICATIONS DU RRASMQ SONT DISPONIBLES EN
FORMAT ÉLECTRONIQUE AU : www.rrasmq.com**

2349, rue de Rouen, 4^e
Montréal (Québec), H2K 1L8
Téléphone : (514) 523-7919/1-877-523-7919
Télécopieur : (514) 523-7619
Courriel: rasmq@rrasmq.com
Internet : www.rrasmq.com
Facebook: <https://www.facebook.com/rrasmq>



MONT-ROYAL



*Regroupement
des ressources alternatives
en santé mentale
du Québec*

Simon Terroilin