



Nos façons de faire alternatives sont des occasions pour prendre conscience!

Nous étions 90 personnes de 33 ressources différentes à nous réunir à Jouvence au Mont Orford afin de poursuivre notre démarche de ressourcement autour de l'approche de l'Éducation Populaire Autonome et nous outiller dans notre mission de transformation sociale. Quel beau groupe, quel bel endroit et quelle chaleur! Chaleur humaine...bien entendu!

La rencontre a débuté par un petit retour sur le chemin parcouru depuis le lancement de la démarche. Il faut dire que de nouvelles ressources et personnes se joignent à nous et on espère que d'autres viendront! La démarche *Se donner du souffle* s'articule autour des 6 principes d'Éducation populaire autonome (ÉPA). Dans les rencontres précédentes on avait travaillé sur les principes de *Partir des gens* et *Dynamiser l'engagement*. Les outils d'animation en lien avec ces principes sont maintenant réunis dans



un cartable qui a été remis aux ressources participantes.

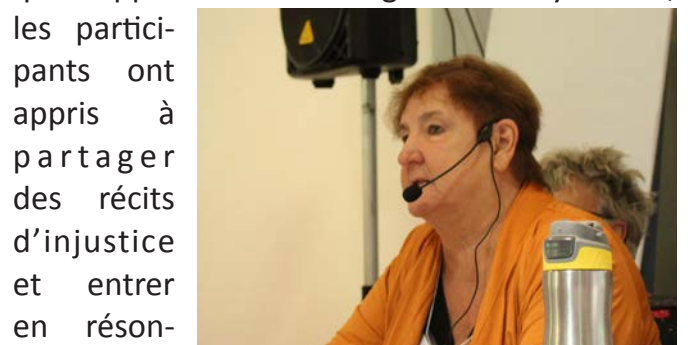
Prendre conscience

À l'occasion de cette rencontre, nous avons vu en quoi nos façons de faire alternatives sont des occasions pour prendre conscience, un autre principe d'ÉPA.

- Prendre conscience d'abord que la souffrance demande à être accueillie, entendue, validée avec empathie.
- Prendre conscience de l'impact libérateur que cela peut avoir de partager ce vécu, cet état de souffrance avec d'autres.
- Prendre conscience que cette souffrance résulte de besoins non-comblés.
- Prendre une distance par rapport à la manière dont la société nous responsabilise et culpabilise de notre état de souffrance et réaliser que nos besoins non-comblés découlent de droits qui ont été bafoués, malmenés, non respectés. Qu'il s'agit là d'une injustice qui demande à être réparée et qu'un changement social doit s'opérer.
- À travers cela, la honte et l'impuissance laissent place à la colère et à l'indignation : une énergie à canaliser vers l'action.

Les intelligences citoyennes : faire écho à la souffrance vécue

Nous avons travaillé à cette prise de conscience par différents moyens. D'abord avec une partie de la démarche développée par Majo Hansotte qui s'appelle «Les intelligences citoyennes», les partici-



Photos: Anne-Marie Boucher, RRASMQ



nance. Après le partage d'un récit par une personne (le JE), chacun était invité à s'appropriier le vécu au plan affectif et symbolique en écrivant et dessinant spontanément des cris du cœur (le NOUS). Puis, dans une démarche plus rationnelle, on s'est demandé ce qui devait changer dans ce monde et nous avons formulé des exi-



Photos: Anne-Marie Boucher, RRASMQ

gences de changement politique bonnes pour NOUS-TOUS. Cette démarche a permis à l'histoire de la personne de faire un passage du «jE au

NOUS, au NOUS-TOUS». Pour plusieurs, cette approche a permis de reconnaître l'importance d'accueillir la colère légitime face aux injustices et commencer un travail pour la canaliser vers l'action.

Reconnaître les dénis de droits

Guidés par Marie-Iris du CPRF, nous avons fait en deuxième journée un exercice (disponible dans le cartable *Se donner du souffle*) dans lequel nous avons tenté d'aller voir au-delà des besoins et des souffrances exprimés par les personnes, quelles sont les conditions de vie ou les droits qui sont bafoués. Pour certains il s'agissait vraiment d'un changement de perception par rapport à la souffrance des gens.

Ensuite, nous avons écouté quelques personnes

CE QUE J'AI PRÉFÉRÉ DE CETTE RENCONTRE....

«L'écoute du cœur (entrer en résonance). Je me rends compte que tant dans ma pratique que dans ma vie personnelle et partout, j'ai intérêt à écouter ainsi. C'est puissant.»

«Les dessins sont parlants et puissants. Ils libèrent la parole. Et quand on ne parle pas, on s'étouffe dans sa colère.»

«J'ai aimé prendre les émotions négatives (cris du cœur) et en faire une action collective (exigence de changement).»

témoigner d'expérience où elles avaient effectivement pris davantage conscience de leurs droits bafoués. Sarah Théberge et Diane Quirion pour le comité «Tannés d'être pauvre» de l'Ensoleillée, nous ont expliqué les effets que cette prise de conscience avait sur elles. Être plusieurs dans une même situation permet de se sortir de la honte! Elles avaient même préparé une petite vidéo afin que les autres membres du comité participe au partage, celle-ci sera disponible sur le site www.rasmq.com/sedonnerdusouffle. Aussi, Annie Pavois de l'équipe du RRASMQ et Nathalie Godfrind de Prise 2, ont partagé des expériences de luttes contre la stigmatisation avec des groupes d'entendeurs de voix. Un gros merci à nos présentatrices!

Pour aller plus loin...

La rencontre s'est conclue avec un exercice que nous vous suggérons d'animer dans vos conseils d'administration. Il s'agit de fabriquer un éventail représentant les pratiques (activités, actions) de la ressource. La base de l'éventail représentant quant à elle, la

«Bravo de rendre claires les étapes à suivre pour le processus menant au collectif à partir du vécu. Bravo pour réussir à impliquer autant de gens de tout horizon.»

«Des fois, on a de la difficulté à partir la mobilisation, mais quand ça part des gens, ça fait boule de neige.»

«On se sent nourri, énergisé et on a le goût de poursuivre cette mission.»

mission de l'organisme. À une extrémité de l'éventail, les ressources ont inscrit les pratiques qui visent l'accueil empathique de la souffrance et à l'autre extrémité, les pratiques qui visent le changement social pour réparer les droits bafoués ou rétablir des conditions de vie dignes.

Plusieurs ressources se rendent compte qu'il n'est pas toujours facile de nourrir cette partie de l'éventail. Partout, nous vivons une période où les pratiques individuelles et les réponses rapides sont plus souvent la norme. Garder le cap sur cette partie de la mission des ressources alternatives est bel et bien un défi, mais en parler ensemble et se donner des outils concrets alimente notre espoir de les consolider. En effet après ces deux jours de rencontre, des participants nous disent qu'ils souhaitent :

«Susciter l'engagement des personnes sur ce qu'ils vivent », «Collectiviser les problèmes davantage dans une optique de passage à l'action, «Notre ressource est beaucoup dans l'individuel mais là, on va pousser plus vers le NOUS, le collectif. »