

# RAPPORT D'ACTIVITÉS 2016-2017

REGROUPEMENT DES RESSOURCES ALTERNATIVES  
EN SANTÉ MENTALE DU QUÉBEC



*Regroupement  
des ressources alternatives  
en santé mentale  
du Québec*

# TABLE DES MATIÈRES

Présentation du RRASMQ	3
Mot du Président du conseil d'administration	4
Vers où allons-nous? Quelques mots sur le plan stratégique du RRASMQ	6
Comprendre le fonctionnement du RRASMQ	8
Retour sur l'année 2016-2017	.....
L'année <b>2016-2017</b> en chiffres	16
Faits saillants de l'année <b>2016-2017</b>	18
Résolutions de l'AGA <b>2016</b> et réalisations <b>2016-2017</b>	21
Pour un Mouvement social alternatif en santé mentale	23
Rapport d'activités et constats du conseil d'administration	24
Évaluation du conseil d'administration du fonctionnement du RRASMQ	37

## Annexes

I Liste des organismes membres	39
II Liste des acronymes	42

**Redesign du logo** : Juley Mainard

**Rédaction** : Jean-Pierre Ruchon, Mathilde Lauzier

**Mise en page** : Anne-Marie Boucher

**Corrections** : Pascale Jacques



## PRÉSENTATION DU RRASMQ



Le Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec est un organisme à but non lucratif (OBNL) qui rassemble plus d'une centaine d'organismes communautaires répartis sur l'ensemble du territoire du Québec.

Le Regroupement vise à favoriser l'émergence d'une diversité de pratiques alternatives en santé mentale et à alimenter le mouvement social communautaire en santé mentale.

Les organismes membres du Regroupement (ressources alternatives) travaillent au quotidien pour, et avec, des personnes (hommes et femmes, jeunes et moins jeunes, etc.) qui vivent ou qui ont

vécu un problème de santé mentale ayant eu une influence importante sur leur vie.

Ces ressources alternatives sont des groupes d'entraide, des centres de crise, des ressources de traitement thérapeutique, des lieux d'hébergement, des ressources d'aide et d'entraide, des maisons de transition, des centres de jour ou de soir, des ressources de réintégration au travail, des services d'écoute téléphonique, des services de répit, des services de soutien dans la communauté, des groupes de promotion-vigilance, etc.

Ces organismes s'identifient et adhèrent à une philosophie alternative en santé mentale. Ensemble, ils forment le RRASMQ et sont porteurs de l'Alternative en santé mentale.



Rencontre nationale 2017, RRASMQ



*Regroupement  
des ressources alternatives  
en santé mentale  
du Québec*

2349, rue de Rouen 4e étage,  
Montréal, Québec H2K 1L8  
Tél. 514-523-7919 | 1-877-523-7919 | Fax 514-523-7619  
rrasmq@rrasmq.com | www.rrasmq.com

## MOT DU PRÉSIDENT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION



Chers membres et partenaires,

C'est avec plaisir que j'ai assumé cette année encore la présidence au conseil d'administration du Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec. Je tiens à remercier les nombreuses ressources alternatives en santé mentale et les personnes représentantes qui ont participé aux différents événements comme l'AGA, les divers comités, les activités de la journée de l'Alternative, et la rencontre nationale. Malgré une conjoncture difficile où le financement des organismes communautaires n'est toujours pas une priorité du gouvernement, le Regroupement a su rassembler ses membres.

L'année 2016-2017 a été l'année de mise en place de nouvelles façons de travailler en lien avec la Planification stratégique 2016-2021 «Bâtir ensemble un avenir émancipateur en santé mentale au Québec ». On se rappelle que ce fut le fruit d'un beau processus de consultation et de décisions avec les membres du RRASMQ. Une rencontre spéciale des comités permanents s'est tenue en septembre dernier, dans le but de s'approprier les objectifs de la planification stratégique et de voir comment les travaux de chacun des comités doivent s'y inscrire.

C'est en s'appropriant des projets concrets, comme la démarche *Se donner du souffle*; une démarche dynamique et collective pour la transformation sociale, que la planification stratégique prend tout son sens. La rencontre nationale des 20-21 mars a été l'occasion de lancer cette démarche organisée en alliance avec le Carrefour de participation, ressourcement et formation (CPRF). Ces journées ont permis à tous de s'exprimer et de s'approprier ce projet de ressourcement autour de l'éducation populaire autonome qui fait écho aux enjeux et objectifs de la Planification stratégique. Dans une ambiance de camp de vacances avec chevaux, guitare et marche aux flambeaux, les personnes ont pu participer par des plénières et des ateliers dynamiques et interactifs. Une page Web a d'ailleurs été créée pour retracer les différentes étapes de la démarche *Se donner du souffle*. En consultant l'adresse suivante : [rasmq.com/sedonnerdusouffle](http://rasmq.com/sedonnerdusouffle), vous trouverez des outils à utiliser dans vos ressources, dont une vidéo explicative et bien amusante pour mener une activité de *Porteurs de Parole*.

L'autre élément marquant selon moi de cette année, fût la tenue du Forum Jeunes et santé mentale. La formation de nouvelles alliances avec des organismes œuvrant auprès des jeunes qui a donné lieu à la création du Mouvement Jeunes et Santé mentale est un levier permettant de faire valoir les valeurs de l'alternative face à une vision biomédicale. Les jeunes sont de plus en plus médicamentés et le sont de plus en plus jeune. Quand j'ai été à l'hôpital pour la première fois il y a environ 20 ans, les antipsychotiques étaient déconseillés pour les adolescents. Maintenant, on donne toutes sortes de médicaments à des jeunes parce qu'ils sont seulement un peu différents ou dérangeants. Soulever la question de la médicalisation chez les jeunes, de son illogisme et de son manque d'humanité, c'est aussi porter ce questionnement plus largement du côté de la médicalisation de la population, en constatant que cette médication se poursuit très souvent à l'âge adulte. La médicalisation des jeunes ouvre plusieurs avenues inquiétantes sur notre futur auxquelles le Regroupement se doit de réagir.

Je tiens à remercier pour leur disponibilité et leur participation les membres du conseil d'administration et de l'équipe de travail. Il s'agit de mon dernier mandat et je vous quitte donc après quatre ans d'implication. Cela n'a pas toujours été facile. Être président demande du temps, de l'investissement et implique des responsabilités... Cependant, le positif dépasse de beaucoup le négatif. Au cours de ces années, j'ai appris à m'exprimer, à écouter les opinions de chacun, à considérer toutes les personnes avec équité, à être un porte-parole des personnes devant les autorités gouvernementales (ministre, députés, directeur de la santé mentale, etc.). Je me suis fait de très bons amis avec lesquels je partage les mêmes valeurs qui forment la base de l'Alternative. Pour toutes ces raisons, je ne peux qu'inviter les personnes directement concernées ou intervenantes à prendre part au conseil d'administration afin de maintenir vivant le Mouvement alternatif en santé mentale au Québec avec de nouvelles énergies renouvelées.



Carl Sansfaçon

Votre président sortant,  
Carl Sansfaçon

VERS OÙ  
ALLONS-NOUS?



## QUELQUES MOTS SUR LE PLAN STRATÉGIQUE DU RRASMQ

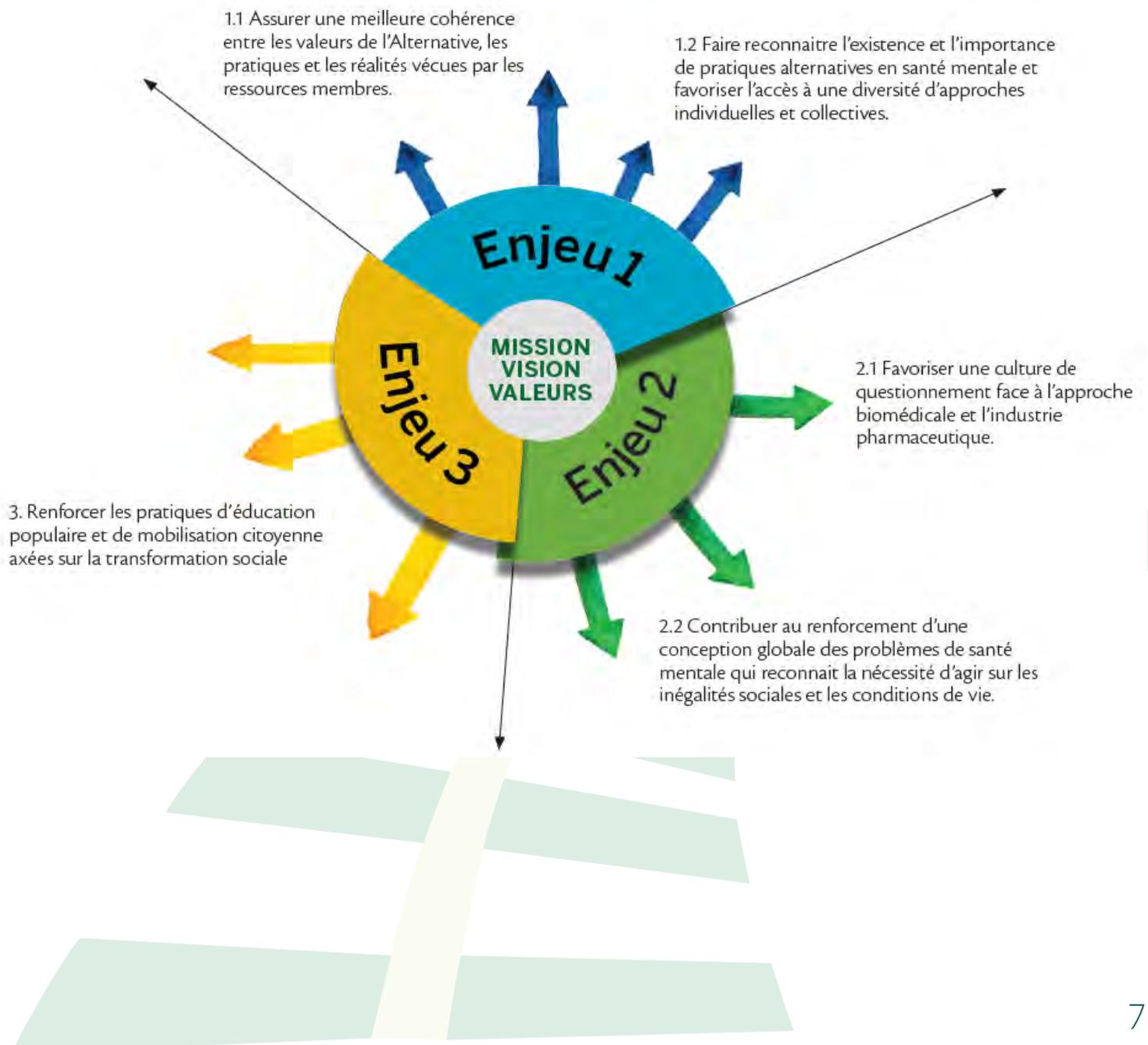
En 2016, suite à un long processus de réflexion et de consultation, le RRASMQ et ses membres se sont dotés d'un plan stratégique intitulé Bâtir ensemble un avenir émancipateur en santé mentale au Québec. Avec ce plan, le RRASMQ et ses membres visent à être plus reconnus et entendus du public et des diverses instances gouvernementales pour promouvoir un autre regard sur la santé mentale et pour que les pratiques alternatives en santé mentale soient plus reconnues et accessibles. Pour cela, il fait face à plusieurs enjeux sur lesquels il entend travailler collectivement ces cinq prochaines années :

1. **L'enjeu de la méconnaissance du discours et des pratiques alternatives;**
2. **L'enjeu de la prédominance du modèle biomédical de la santé mentale et de la difficulté de faire valoir une vision critique;**
3. **L'enjeu de l'autonomie d'action et du rôle de transformation sociale<sup>1</sup> des groupes d'action communautaire autonome alternatifs en santé mentale.**

Pour ce faire, le RRASMQ souhaite resserrer les liens entre tous les membres du regroupement en renforçant la cohérence entre les valeurs et les pratiques des ressources en lien avec l'Alternative. Il veut également repolitiser l'ensemble des acteurs du Regroupement par rapport à la médicalisation de la santé mentale, aviver la reconnaissance de l'importance des déterminants sociaux de la santé et faire la promotion de l'approche alternative en vue de la transformation sociale.

<sup>1</sup> Selon l'approche de transformation sociale, l'action menée par l'organisme n'est pas que curative. Elle est aussi préventive et renvoie à une approche d'intervention qui ne se limite pas à la stricte livraison d'un service quelconque. La transformation sociale est le résultat recherché d'un processus de prise en charge qui fait largement appel à la sensibilisation, à l'information, à l'éducation populaire et à la défense collective des droits. (MESS, 2004, Cadre de référence en matière d'action communautaire)

## ENJEUX ET OBJECTIFS 2016-2021



## FONCTIONNEMENT ET STRUCTURES DU RRASMQ



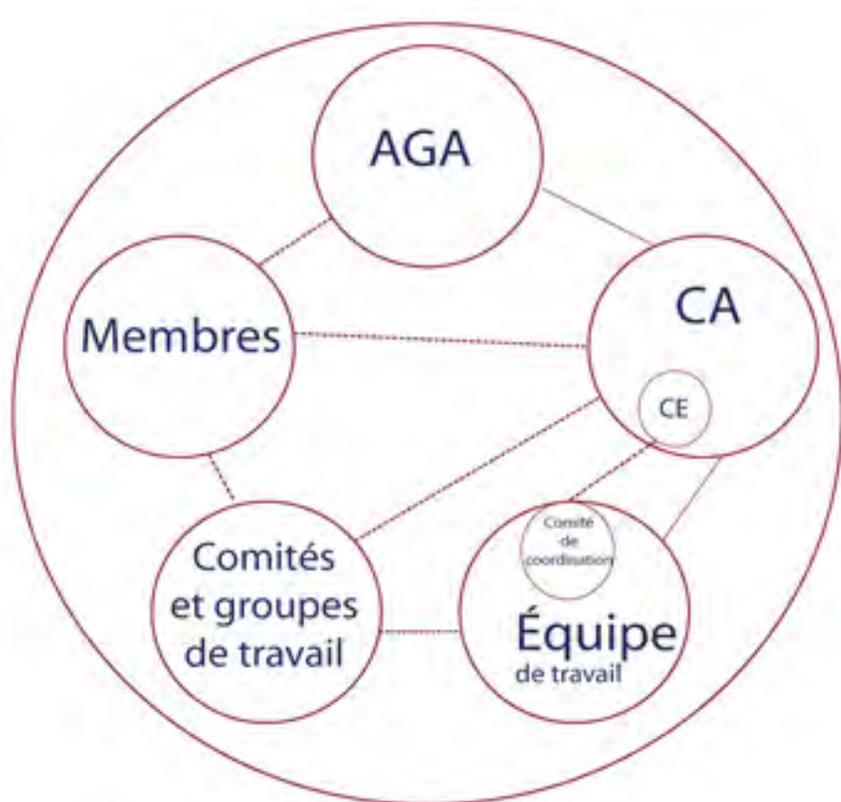
### Le fonctionnement : la gestion participative

Tout organisme communautaire, par sa vie associative, représente un lieu d'expression et d'échange de différentes opinions en vue d'éclairer les décisions qui concernent l'organisme, mais aussi ses prises de position publiques et politiques. Cette vision égalitaire et participative se situe à la base des préoccupations de représentativité et d'échange d'information dans les modes de gestion démocratique prônés par le Regroupement.

Le RRASMQ a donc adopté officiellement, en septembre 2004, un mode de GESTION PARTICIPATIVE dans son fonctionnement et dans ses structures. Cette décision, concernant une nouvelle orientation organisationnelle, relève des travaux du conseil d'administration et de l'équipe de travail dans le cadre plus global d'une démarche de réorganisation, débutée en 2001, et réalisée avec l'appui d'une consultante externe.

Le choix de ce modèle de gestion repose sur la capacité du RRASMQ de demeurer en « mouvement », en prenant en compte l'expérience des personnes utilisatrices et la richesse de la diversité des ressources membres. La gestion participative vise principalement la participation des personnes (membres présents à l'AGA,

membres du conseil d'administration, membres des comités et groupes de travail, comité de coordination, équipe de la permanence) au processus de décision et à la réalisation des objectifs du Regroupement.





## Les acteurs et les structures

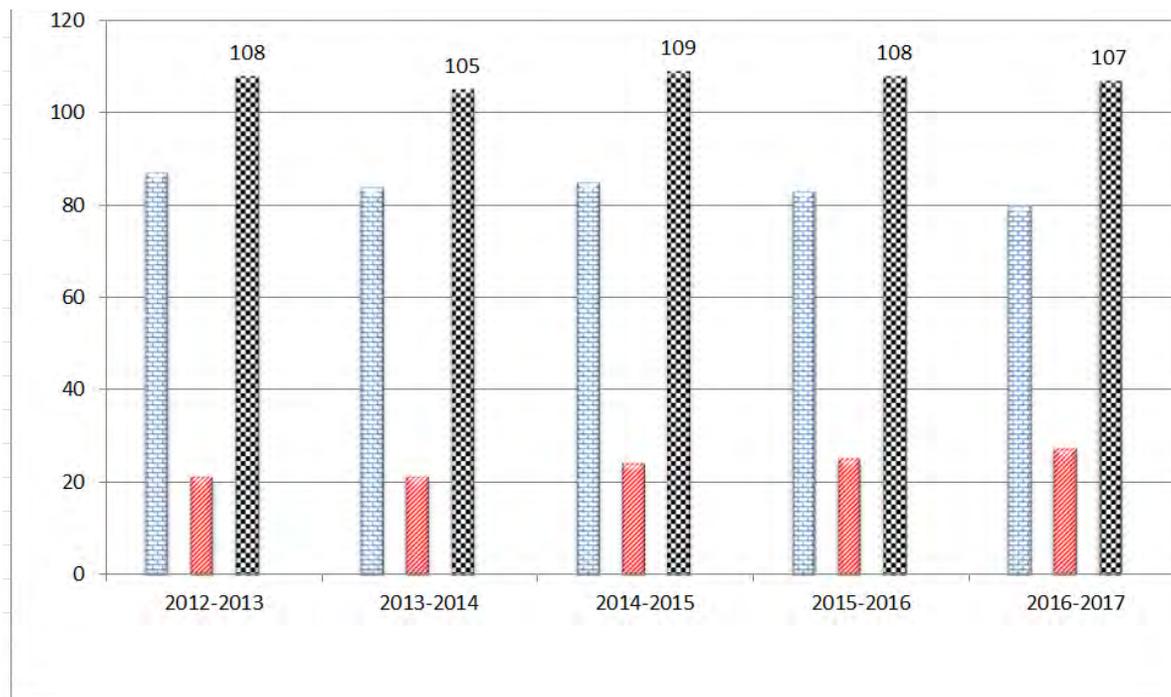
Les membres du RRASMQ sont des organismes sans but lucratif incorporés. Deux types de membres composent le RRASMQ :

- Les membres réguliers appelés « ressources alternatives » ont une mission principale en santé mentale et répondent aux critères de définition des membres réguliers définis par l'AGA.
- Les membres affiliés ont une mission en santé et services sociaux et répondent en partie aux critères de définition des membres réguliers définis par l'AGA.

### Lors de l'assemblée générale de juin 2016, les membres ont accepté deux nouveaux groupes :

- Le CREAM de Baie-Comeau, comme membre régulier, sous réserve d'une modification à leurs règlements généraux quant à la composition de son conseil d'administration. Après avoir constaté, en septembre 2016, que les changements demandés avaient été effectués, le conseil d'administration a entériné leur adhésion.
- Droits et Recours Laurentides inc., comme membre affilié. Comme son nom l'indique, il s'agit du groupe régional de défense des droits en santé mentale des Laurentides.

### Évolution de notre membership depuis 2012-2013



AU 31 MARS 2017,  
LE RRASMQ  
COMPTE

107 MEMBRES :  
80 MEMBRES  
RÉGULIERS ET  
27 MEMBRES  
AFFILIÉS.

#### LÉGENDE:

Membres réguliers -   
Membres affiliés -   
Total des membres - 

## Les acteurs et les structures (suite)

### L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE (AGA)

est la réunion des délégués de chacun des membres. Lors de l'Assemblée générale, les membres reçoivent le rapport d'activités réalisées en cours d'année ainsi qu'un bilan financier du Regroupement. Ils déterminent ensuite les priorités et les grandes lignes d'action du Regroupement pour l'année suivante. C'est également pendant l'Assemblée générale que sont élues les personnes représentantes des groupes qui vont composer le conseil d'administration.

Le **CONSEIL D'ADMINISTRATION (CA)** a pour rôle d'administrer le Regroupement selon les politiques et orientations décidées par les ressources membres lors de l'assemblée générale. Il est composé de neuf (9) personnes déléguées par nos ressources membres réguliers. Selon les règlements généraux du RRASMQ, cinquante et un pour cent (51 %) des membres du conseil d'administration doivent être des personnes utilisatrices. Afin d'assurer une diversité, il ne peut y avoir qu'un représentant par organisme et au plus, deux (2) d'une même région.

### **Président**

Carl Sansfaçon, Aux Quatre Vents  
(Chaudière-Appalaches)

### **Vice-président**

Martin Darveau, Centre de soir Denise Massé  
(Montréal)

### **Trésorière**

Louise Favreau, Relax Action (Montréal)

### **Secrétaire**

Diane Chatigny, Le Murmure  
(Chaudière-Appalaches)

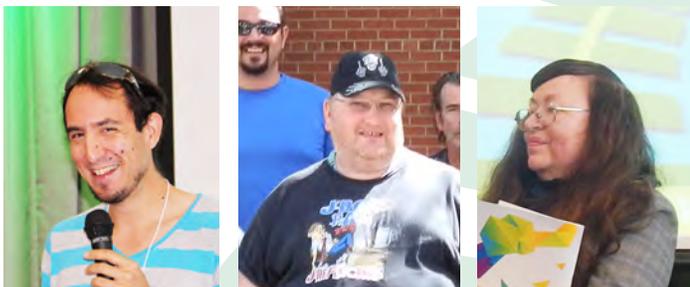
### **Administrateurs et administratrices**

Yves Brosseau, L'Avant-Garde en santé mentale (Montréal) qui a remplacé en décembre Serge Champagne, Réseau d'Habitations Chez soi (Montréal)

Martine Dumaresq, Centre de ressourcement, de réinsertion et d'intervention (Gaspésie)

Sylvain Dubé, le Rivage du Val-Saint-François (Estrie)

Dominic Guillemette, Maison Le Goéland (Montréal)



Le **COMITÉ DE COORDINATION** voit à la gestion du RRASMQ. Il est composé de trois personnes de l'équipe : Raymond Beaunoyer, Mathilde Lauzier et Jean-Pierre Ruchon. Diane Chatigny participe, deux à trois fois par an, aux réunions du comité de coordination en tant que déléguée du conseil d'administration.

L'ÉQUIPE DE TRAVAIL a vécu, cette année, beaucoup de mouvement:

En effet, **Anne-Marie Boucher**, notre responsable des communications, a pris un congé de maternité pour donner naissance en juillet à une belle petite fille, Marjane. Elle a repris son poste à la mi-mars.

Avec son énergie contagieuse, **Annie Pavois** est arrivée dans l'équipe à la mi-août pour reprendre petit à petit les dossiers de **Raymond Beaunoyer**, notre responsable du développement de la philosophie et des pratiques alternatives qui prépare sa retraite pour l'été

Après 8 ans au sein de l'équipe, **Robert Théoret**, notre responsable à l'action politique, a cessé de travailler en décembre 2016 pour jouir à plein temps de sa retraite.

Avec le congé de maternité d'Anne-Marie et le départ de Robert, leurs responsabilités respectives ont dû être réparties entre les autres membres de l'équipe de la permanence, Raymond, mais aussi **Mathilde Lauzier** notre responsable de la formation, et **Jean-Pierre Ruchon**, notre responsable à la vie associative et à l'administration.

De plus, cette année nous avons reçu trois stagiaires étudiant à la maîtrise en travail social: **Cathy Livernois** (2 jours par semaine, de septembre à juin 2016), **Émilie Duplessis-Brochu** (4 jours par semaine, de janvier à mai 2016) et **Marie-Pier Cyr** (4 jours par semaine, de janvier à mai 2017). Merci à toutes les trois pour leur enthousiasme à plonger à bras le corps dans les valeurs de l'Alternative et pour leur contribution aux travaux du RRASMQ.

**Raymond Beaunoyer**, Responsable du développement de la philosophie et des pratiques alternatives ;

**Anne-Marie Boucher**, Agente aux communications et à la mobilisation ;

**Mathilde Lauzier**, Responsable de la formation ;

**Annie Pavois**, Responsable du développement de la philosophie et des pratiques alternatives ;

**Jean-Pierre Ruchon**, Responsable à la vie associative et à l'administration ;

**Robert Théoret**, Responsable à l'action politique.





# Les comités permanents

LE COMITÉ PRATIQUES cherche à approfondir les réflexions sur les approches alternatives dans ses aspects théoriques et pratiques. Son travail consiste, entre autres, à soutenir le CA dans ses réflexions liées au développement des pratiques, à développer les contenus de formation sur divers thèmes et à réfléchir aux moyens de promouvoir le discours alternatif en créant des espaces pour explorer, questionner, approfondir et s'alimenter pour enrichir les façons d'être et de faire.



Fanny Arbour Willeretz  
Yves Brosseau  
Paul Charland  
Martine Dumaresq  
Sophie Duval  
Elisabeth Fafard  
Linda Gendreau  
Jessie Larrivée-Pion  
Patrice Lamarre  
Linda Little  
Stéphanie Mercier  
Andrée Morneau  
Raymond Beaunoyer  
Mathilde Lauzier  
Annie Pavois  
Marie-Pier Cyr

Centre de soir Denise-Massé (Montréal)  
L'Avant-Garde en santé mentale (Montréal), représentant du CA  
Relax Action (Montréal)  
CRRRI (Gaspé)  
Rivage du Val St-François (Estrie)  
La Bonne Étoile (Lanaudière)  
L'Ensoleillée (Estrie)  
Le Phare Source d'entraide (Estrie)  
Le Phare Source d'entraide (Estrie)  
Prise II (Montréal)  
L'Ensoleillée ( Estrie)  
La Bonne Étoile (Lanaudière)  
Entrée chez-soi (Montréal)  
RRASMQ  
RRASMQ  
RRASMQ

Le COMITÉ POLITIQUE travaille à mobiliser les différents acteurs autour des enjeux sociopolitiques et à mettre en place des stratégies pour mener à bien les actions collectives. Son travail consiste, entre autres, à soutenir le CA dans son mandat politique et à contribuer au renforcement du positionnement stratégique du RRASMQ sur le plan politique.



Abdellah Badreddine  
Sylvain Dubé  
Jean-François Plouffe  
Jocelyn Laverdure  
Lorraine Michaud  
Diane Chatigny  
Anne-Marie Boucher  
Jean-Pierre Ruchon  
Robert Théoret

Au Second Lieu (Montréal)  
Le Rivage du Val St-François (Estrie)  
Action Autonomie (Montréal)  
L'Envolée (Laurentides)  
Le Périscope des Basques (Bas-Saint-Laurent)  
Le Murmure (Chaudière-Appalaches), représentante du CA  
RRASMQ  
RRASMQ  
RRASMQ

Le **COMITÉ DE RECHERCHE** travaille à analyser les besoins de recherche du regroupement et de ses membres. Il voit à la coordination des projets en cours. Il propose à des équipes de chercheurs de nouveaux projets. Ce comité n'a pas tenu de réunion cette année.

Par ailleurs, un comité aviseur chargé de suivre les travaux de la recherche sur la contribution des ressources alternatives et du RRASMQ à la transformation des pratiques en santé mentale, menée par l'Équipe ÉRASME, a été très actif.

Lisa Benisty	ERASME
Yves Brosseau	Avant-Garde en santé mentale (Montréal), représentant du CA
Hélène Chabot	La Bouffée d'air du KRTB (Bas St-Laurent)
Paul Charland	Relax-Action (Montréal)
Pauline Lacroix	Hébergement L'Entre-Deux (Montréal)
Linda Little	Prise II (Montréal)
Jean-Nicolas Ouellet	CAMÉE (Montréal)
Raymond Beaunoyer	RRASMQ
Annie Pavois	RRASMQ



## Les autres groupes de travail

Formé à même le conseil d'administration, le **COMITÉ ADHÉSION** a pour mandat d'étudier les demandes d'adhésion des organismes qui désirent devenir membre du RRASMQ et de faire une recommandation au conseil d'administration. Cette année, le comité a été composé de Martin Darveau du conseil d'administration et de Jean-Pierre Ruchon de l'équipe du RRASMQ.

Le **COMITÉ MOBILISATION** voit à l'organisation par le RRASMQ et ses membres, des différents événements de la journée nationale de visibilité et de sensibilisation sur l'Alternative en santé mentale, le 10 octobre de chaque année.



Une partie du comité au rassemblement du 10 octobre 2016.  
Photo: Gorette Linhares

Gorette Linhares	AGIDD-SMQ
Julie Sigouin	CAMÉE (Montréal)
Ghislain Goulet	Action Autonomie (Montréal)
Yves Brosseau	L'Avant-Garde en santé mentale (Montréal), représentant du CA
Haleema Rashid	L'Avant-Garde en santé mentale (Montréal)
Michel Durocher	L'Avant-Garde en santé mentale (Montréal)
Stéphane Belleville	Maison Le Goéland (Montréal)
Dominic Guillemette	Maison Le Goéland (Montréal)
Carolyn Roger	L'Éveil de Brome-Missisquoi (Estrie)
Antoine Deslandes	Le Phare Source d'entraide (Estrie)
Émilie Duplessis-Brochu	RRASMQ
Anne-Marie Boucher	RRASMQ
Jean-Pierre Ruchon	RRASMQ
Marie-Pier Cyr	RRASMQ
Robert Théoret	RRASMQ

Le **COMITÉ ORGANISATEUR DE L'AGA 2016 DU BAS SAINT-LAURENT** a travaillé à la réalisation de l'assemblée générale annuelle du RRASMQ, notamment en choisissant le lieu et en préparant l'accueil et les activités socioculturelles de l'événement qui fut en tous points une réussite.

Lorraine Michaud  
Nadia Pouliot  
Judith St-Jean  
Sylvain Poirier  
Gisèle Colin  
Catherine Belleau-Arsenault  
Jean-Pierre Ruchon

Le Périscope des Basques (Trois-Pistoles)  
Centre d'entraide l'Horizon (Rivière-du-Loup)  
La Traversée (La Pocatière)  
La Bouffée d'air du KRTB (Rivière-du-Loup)  
Source d'espoir Témis (Témicouata-sur-le-lac)  
ROCASM-BF (Rimouski)  
RRASMQ

Le **GROUPE DE TRAVAIL ET DE SOUTIEN À L'IMPLANTATION ET AU DÉVELOPPEMENT DE LA GAM** réunit des ressources membres du RRASMQ qui souhaitent s'investir dans le développement ou la consolidation de pratiques GAM dans leur organisme et avec d'autres acteurs de leur communauté et contribuer à l'amélioration continue des outils.



Ginette Allard  
Haleema Rashid  
Mathieu Beaudin  
Dominique Poulin  
Jean-François Legros  
Carole Joubert  
Nathalie Brunelle  
Mélanie Faubert  
Émilie Duplessis Brochu  
Mathilde Lauzier  
Marie-Laurence Poirer

L'Avant-garde en santé mentale ( Montérégie)  
L'Avant-garde en santé mentale (Montérégie)  
Le Campagnol (Montérégie)  
Centre de crise L'Autre Maison (Montréal)  
Centre de crise L'Autre Maison (Montréal)  
Groupe d'entraide L'Arrêt-court (Montérégie)  
Groupe d'entraide L'Arrêt-court (Montérégie)  
Le Tournant (Montérégie)  
RRASMQ  
RRASMQ  
Université de Montréal, école de service social

### Le **COMITÉ POUR LA RÉÉDITION DU GUIDE PERSONNEL GAM**

Jean-Pierre Ruchon  
Lisa Benisty  
Lourdes Rodrigues  
Doris Provencher  
Chloé Serradori

RRASMQ  
ERASME  
ERASMQ  
AGIDD-SMQ  
AGIDD-SMQ

Le **COMITÉ ORGANISATEUR DU FORUM JEUNES ET SANTÉ MENTALE : POUR UN REGARD DIFFÉRENT** s'est donné le mandat de créer un réseau de solidarité afin d'engager une mobilisation sociale dans le dossier de la santé mentale chez les jeunes et mettre de l'avant des solutions alternatives.

Mélanie Bélanger  
Antoine Dubé Poitras  
Danielle Gauthier  
Mathilde Lauzier  
Tristan Ouimet Savard  
Doris Provencher  
Chloé Seradori  
Robert Théoret

Accueil jeunesse Lanaudière (Auberge du cœur)  
Regroupement des Auberges du cœur du Québec (RACQ)  
Habit-Action (Auberge du cœur)  
RRASMQ  
Regroupement des Auberges du cœur du Québec (RACQ)  
AGIDD-SMQ  
AGIDD-SMQ  
RRASMQ



La gang des Petits rendez-vous de l'Alternative, octobre 2016  
Photo: RRASMQ

## MERCI!

Nous tenons à remercier chaleureusement toutes ces personnes et ces ressources qui ont contribué au RRASMQ via leur participation aux comités. Merci aussi à tous ceux et celles qui ont contribué en répondant aux collectes et sondages et en participant aux formations, à l'assemblée et à la rencontre nationale.

Merci aux collaborateurs des deux numéros de la revue *L'autre Espace* de cette année : *Penser et réaliser la participation*, vol. 7, no. 1 et *La vision critique, pour penser voir, agir autrement* vol. 7, no.2

Denise M. Blais, Roger Boisvert, Anne-Marie Boucher, Hélène Chabot, Paul Charland, Michèle Clément, Sylvain Dubé, Jean Gagné, Annie Lévesque, Gorette Linhares, Carmen Maillé, Stéphane M., Jean-Nicolas Ouellet, Louise Paquet, Monique Pilon, Monic Ste-Marie, Robert Théoret, Jean-Pierre Ruchon, Annie Pavois, Marie-Laurence Poirel, Par mille et une voix - Groupe d'entendeurs de voix de Prise II, Philippe Hurteau, Vivian Labrie.

**Aussi, nous remercions les différents partenaires non membres qui ont contribué au RRASMQ pour l'année 2016-2017 :**

- Carrefour de participation, ressourcement et formation (CPRF)
- Équipe de recherche et d'action en santé mentale et culture (ÉRASME) et ses partenaires
- Regroupement des Auberges du cœur du Québec (RACQ)
- TRPOCB (Table des regroupements provinciaux d'organismes communautaires et bénévoles)

## L'ANNÉE 2016-2017 DU RRASMQ EN CHIFFRES...

### Des activités rassembleuses!

- 1 AGA à Rivière-du-Loup : **127 personnes, dont 64 étaient des personnes premières concernées** provenant de 37 ressources membres.
- 1 Forum Jeunes et santé mentale : Pour un regard différent ! organisé en collaboration avec le Regroupement des Auberges du cœur (RACQ) et l'AGIDD-SMQ, réunissant **180 personnes de 50 organisations.**
- 1 rencontre nationale à Drummondville pour lancer *Se donner du souffle !* Démarche dynamique et collective pour la transformation sociale : **81 personnes, dont 41 personnes premières concernées, représentant 29 ressources membres.**
- **22** événements organisés à travers le Québec lors de la journée de visibilité de l'Alternative en santé mentale.
- **21** rencontres des différents comités permanents et groupes de travail où participent plus d'une cinquantaine de personnes.

### Des occasions pour mieux se connaître

- **10 ressources visitées** par la permanence du RRASMQ pour mieux connaître et comprendre leur réalité ou participer à l'une de leur activité ;
- **2 sondages** pour mieux connaître et comprendre les réalités et besoins des ressources membres ;
- **30 ressources** membres participants à la collecte de « bonnes idées ».

### Des occasions de formation et de ressourcement sur la philosophie et les pratiques alternatives

- Les Petits rendez-vous de l'Alternative : **3** jours de formation pour la relève ;
- **6** journées de formations offertes au sein de ressources alternatives ;
- **5** ateliers de formation offerts lors de l'AGA ;
- **5** ressources alternatives participant à un groupe de soutien au développement de pratiques de Gestion autonome de la médication (GAM).

## Des actions de sensibilisation du public et des décideurs

- **1** nouveau site internet : [jaiunehistoire.com](http://jaiunehistoire.com) proposant plus d'une quarantaine de témoignages sur la santé mentale et les conditions de vie ;
- **2300** journaux *Ailleurs et autrement* distribués partout à travers le Québec ;
- **2000** personnes rejointes directement et 18 communautés touchées via les différentes activités de visibilité et de sensibilisation aux alternatives en santé mentale, le 10 octobre ;
- **7** entrevues à la radio et 2 articles publiés dans la presse écrite ;
- **2354** personnes abonnées à notre page Facebook, une augmentation de **55%**;
- **6** ateliers ou séances d'information sur la Gestion autonome de la médication (GAM) offerts en milieu universitaire et dans le réseau public de la santé et **2** ateliers offerts dans des organismes communautaires ;
- **2** kiosques sur la GAM lors de colloques ;
- **20** ressources alternatives qui s'affichent comme ayant des pratiques de soutien à la GAM sur le site web du RRASMQ ;
- **1** député rencontré, 2 mémoires déposés, participation aux consultations de la Direction de la santé mentale sur les guides découlant du Plan d'action en santé mentale ;
- Des collaborations actives au sein de la Coalition Objectif Dignité et du Collectif pour un Québec sans pauvreté.

## Des nouveaux outils pour faire rayonner l'Alternative!

- **2** numéros de la revue *L'autre Espace* produits et distribués : *Penser et réaliser la participation* (été 2016) et *La vision critique pour penser, voir et agir autrement* (hiver 2017) ;
- **1** guide d'animation *L'accueil au cœur de nos pratiques* ;
- **1** boîte à outils et d'activités de sensibilisation en lien avec la campagne *J'ai une histoire. Pourquoi en faire une maladie?* Disponible sur [jaiunehistoire.com](http://jaiunehistoire.com) ;
- **1** guide d'animation pour organiser dans les ressources un atelier sur la sexualité et la santé mentale ;
- **1** journal *Ailleurs et Autrement*, 2016 ;
- **3** revues de presse critique en santé mentale.

# Faits saillants de l'année

## SE DONNER DU SOUFFLE !

Démarche dynamique et collective pour la transformation sociale

*Se donner du souffle!* est une nouvelle démarche de ressourcement dont l'objectif est d'outiller les personnes membres et intervenantes des ressources alternatives à soutenir les pratiques d'Éducation populaire autonome (EPA) de leur groupe, et ce, en lien avec les principes de l'Alternative et de l'Action communautaire autonome. Cette démarche vise aussi à revaloriser la culture de mobilisation et d'action collective de notre mouvement! La rencontre nationale des 20 et 21 mars 2017 a marqué le coup d'envoi de cette démarche en cinq phases. À notre adresse tout part des gens dès l'accueil! la phase I développée lors de cet événement, a permis aux personnes et aux ressources de se percevoir comme des actrices de l'Histoire, d'aborder le principe de *Partir des gens* et de concevoir l'importance de l'accueil au cœur de nos pratiques alternatives.



10 DU 10 2016

## J'ai une histoire. Pourquoi en faire une maladie?

Une 4e Journée québécoise de l'Alternative en santé mentale de plus en plus significative!

À l'occasion de la Journée internationale sur la santé mentale, le Regroupement et ses membres ont tenu, pour la quatrième année consécutive, des activités de sensibilisation et de visibilité dans plusieurs communautés du Québec, sous le thème : *J'ai une histoire, pourquoi en faire une maladie?* Ces activités ont permis de donner une visibilité dans l'espace public aux points de vue et aux pratiques mises de l'avant par l'Alternative en santé mentale, particulièrement les liens entre les conditions de vie et l'état de santé mentale. Vingt-deux ressources membres ont tenu des activités en région. À Montréal, l'activité de visibilité de l'Alternative a rassemblé une centaine de personnes et a donné lieu à de nombreuses couvertures médiatiques. Une nouveauté cette année : le Regroupement a lancé un site internet grand public destiné à informer et sensibiliser à l'adresse [www.jaiunehistoire.com](http://www.jaiunehistoire.com). Les statistiques de fréquentation du site démontrent qu'il a sa pertinence!



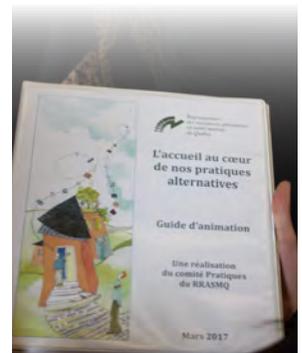
## DEUX NOUVEAUX OUTILS D'ANIMATION

### Guide d'animation Sexualité et santé mentale

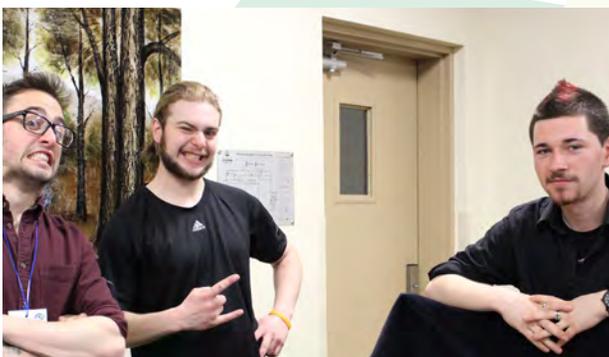
Lors de son stage à la maîtrise en service social au sein du Regroupement, Cathy Livernois a produit un guide d'animation. Il a été construit dans le cadre d'une expérimentation de quatre ateliers sur la sexualité dans une ressource alternative en santé mentale. Marie-Christine Dufour, sexologue, conférencière et intervenante au Centre de jour L'Alternative de Montréal a aimablement partagé son expérience. Le document est disponible sur notre site Web.

### Guide d'animation L'accueil au cœur de nos pratiques alternatives

Ce guide, une réalisation du comité Pratiques, fournit différentes pistes favorisant une réflexion collective sur nos pratiques d'accueil. Il suggère quelques références pour aller plus loin et propose des activités concrètes et structurées pour animer des échanges dans votre ressource. Tous les documents du guide sont regroupés dans un cartable et séparés par différents onglets. Ils sont aussi enregistrés sur une clé USB, fournie avec le cartable. Le bon de commande est disponible sur notre site Web.



## FORUM JEUNES ET SANTÉ MENTALE : POUR UN REGARD DIFFÉRENT



Le 15 avril 2016, plus de 180 personnes (jeunes, intervenants et intervenantes d'organismes communautaires jeunesse et de ressources en santé mentale, chercheuses et chercheurs) représentant quelques 50 organisations ont participé au Forum Jeunes et santé mentale : Pour un regard différent! Ces personnes répondaient à l'appel du Regroupement des Auberges du Cœur (RACQ), du RRASMQ et de l'AGIDD-SMQ pour partager leurs inquiétudes, leur indignation et leurs réflexions sur les impacts de la médicalisation des difficultés individuelles et sociales des jeunes. L'événement faisait suite à une large consultation menée par ces trois regroupements auprès de 300 personnes issues de 50 organisations (dont 160 jeunes) provenant de 12 régions du Québec. Les discussions menées lors du forum ont permis de jeter de solides bases à la formulation de revendications. Le forum a aussi permis à des dizaines d'organismes de confirmer leur engagement à se mobiliser pour cette

## NAISSANCE DU MOUVEMENT JEUNES ET SANTÉ MENTALE

*C'est fou la vie, faut pas en faire une maladie!*

Suite au Forum Jeunes et santé mentale, le RRASMQ, l'AGIDD-SMQ et le RACQ ont réuni les organisations et les militants intéressés à mettre sur pied un mouvement de mobilisation. Reprenant les revendications discutées lors du forum et de la consultation, ils ont ensemble adopté une déclaration commune qui demande au gouvernement:



1. Que tous les jeunes et leurs proches aient accès gratuitement à des services d'aide et de soutien psychosociaux et alternatifs à la médication psychiatrique, et que l'accès à ces services ne soit pas conditionnel à un diagnostic en santé mentale.
2. Que l'expertise des jeunes soit reconnue par leur participation égalitaire sur toutes les questions qui les concernent, notamment dans l'élaboration, la mise en œuvre et l'évaluation des politiques et des plans d'action.
3. Que l'exercice, libre et éclairé, du droit à l'information, du droit à la participation au traitement, du droit à l'accompagnement et du droit au consentement aux soins soit respecté et garanti pour les traitements liés à la santé mentale.
4. Que le gouvernement mette immédiatement en place une commission sur la médicalisation des problèmes sociaux des jeunes.

Près d'une dizaine d'organisations se sont jointes aux trois regroupements initiateurs pour piloter les actions de ce nouveau mouvement. Leurs énergies ont principalement été consacrées à faire connaître et à solliciter des appuis à la déclaration commune. Au 10 avril 2017, 134 organisations et 291 individus appuyaient les revendications. Près de 500 personnes étaient abonnées à la page Facebook du mouvement. Ce n'est qu'un début!

### LA COLLECTE DES BONNES IDÉES

Lors de l'AGA 2016, l'équipe du RRASMQ a proposé aux membres d'entrer dans une chaîne de partage de bonnes idées dont le but était de recueillir des idées de façons de faire, de façons d'être alternatifs et d'en nommer l'impact dans la vie des personnes et des communautés. Une trentaine de ressources ont participé et livré au RRASMQ de précieuses idées qui serviront à porter publiquement la contribution des ressources alternatives. Merci!



## RÉSOLUTIONS ADOPTÉES LORS DE L'AGA 2016

### Résolution 1:

#### Plan d'action 2016-2017 du RRASMQ

Il est proposé d'adopter le plan d'action 2016-17, An 1 de la planification stratégique 2016-2021 du RRASMQ.

### Réalisation

Le plan d'action 2016-2017, adopté lors de l'Assemblée générale annuelle, a servi de cadre pour les actions de l'année. Lors de chacune des rencontres du conseil d'administration, un suivi était présenté pour évaluer l'état d'avancement. Le bilan annuel réalisé fin mars, préparé par les administrateurs et administratrices et l'équipe de la permanence, permet de constater que globalement les résultats attendus ont été atteints.

### Résolution 2:

#### Cotisation annuelle

Il est proposé que la cotisation annuelle au RRASMQ soit augmentée de 2 % à compter du 1er avril 2017 (pour l'année 2017-2018).

### Réalisation

Le renouvellement de cotisation 2017-2018 va être envoyé aux membres début avril 2017. Le RRASMQ informera ses membres des nouveaux tarifs pour la cotisation annuelle.

### Résolution 3: Suites du

#### Forum Jeunes et santé mentale

Il est proposé que le RRASMQ appuie l'appel à la mobilisation des participants et participantes au Forum Jeunes et santé mentale : Pour un regard différent en vue de :

- Assurer la pleine participation, la reconnaissance de la parole et l'appropriation du pouvoir des jeunes dans la recherche de solutions aux problèmes qui les concernent ;
- Dénoncer la médicalisation des problèmes sociaux des jeunes ;
- Promouvoir des solutions et des actions respectueuses des droits et libertés, répondant aux besoins des jeunes et favorisant une approche globale basée sur les déterminants sociaux ;
- Solliciter des appuis afin d'obtenir des changements réels de pratique et de vision de la santé mentale.

### Réalisation

Le RRASMQ a appuyé l'appel à la mobilisation et a sollicité ses membres pour faire de même. 29 organisations ont signé cet appel à la mobilisation. Depuis, le Regroupement participe activement dans l'organisation du Mouvement Jeunes et santé mentale.

## Résolution 4: Financement des organismes communautaires

Il est proposé que le RRASMQ fasse connaître davantage les besoins financiers de ses membres et regroupements membres, qu'il augmente ses représentations auprès du gouvernement québécois et qu'il accentue son implication dans le cadre des moyens de pression unitaires du mouvement d'action communautaire autonome pour obtenir un rehaussement du financement des organismes alternatifs en santé mentale, de même que celui de leurs regroupements régionaux, membres du RRASMQ.



## Réalisation

L'équipe du RRASMQ a diffusé un sondage auprès des membres réguliers afin d'évaluer l'écart entre les besoins financiers et les subventions reçues dans le cadre du Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC). Seulement 45 ressources alternatives sur 80 ont participé à cette collecte d'information. L'analyse du sondage nous révèle que :

- Pour un tiers des ressources, il y a un écart de 100% et plus entre le montant demandé et le montant accordé. C'est donc dire qu'il leur manque plus du double de ce dont elles ont besoin.
- Pour un autre tiers des ressources, il y a un écart compris entre 50% et 100% entre le montant demandé et le montant accordé. Ce qui signifie qu'il leur manque plus de la moitié de ce dont elles ont besoin.
- Enfin pour le dernier tiers, l'écart est de 50% et moins, ainsi il leur manque moins de la moitié de ce dont elles ont besoin.

Par ailleurs, des membres de l'équipe du RRASMQ ont participé aux rencontres de la Table des regroupements provinciaux d'organismes communautaires et bénévoles (TRPOCB) et ont contribué à l'organisation de la campagne « Je tiens à ma communauté, je soutiens le communautaire » qui réclame un rehaussement du financement des organismes communautaires. L'équipe a aussi participé à la campagne « Engagez-vous pour le communautaire » et a mobilisé les membres du RRASMQ à en faire autant. Le CA et l'équipe ont abordé l'implication du RRASMQ dans ces campagnes avec la préoccupation de faire également valoir l'apport des ressources alternatives en santé mentale. Le RRASMQ a aussi suivi de près les travaux du Groupe de travail sur l'amélioration continue du Programme de soutien aux organismes communautaires, qui rassemble des représentants du MSSS, de la Table des regroupements nationaux, de la CTROC et des CISSS/CIUSSS. L'état d'avancement des travaux pour la rédaction de la nouvelle brochure PSOC et le court délai pour les conclure nous préoccupent grandement.

POUR UN

# MOUVEMENT SOCIAL ALTERNATIF en santé mentale

## Déclaration commune AGIDD-SMQ & RRASMQ

En juin 2012, l'AGIDD-SMQ et le RRASMQ adoptaient la déclaration commune « Pour un mouvement social alternatif en santé mentale ». La déclaration commune vise à réaffirmer les valeurs, les principes politiques fondamentaux et les engagements qui unissent l'AGIDD-SMQ et le RRASMQ. Cette déclaration vise aussi à déterminer les valeurs, les principes et les engagements qui permettront de raffermir les liens qui unissent, partout au Québec, les ressources alternatives, les groupes de promotion-vigilance et de promotion et de défense des droits en santé mentale.

Le groupe de travail conjoint AGIDD-SMQ & RRASMQ ne s'est pas réuni en 2016-2017. Néanmoins, dans le respect de la déclaration commune, L'AGIDD-SMQ et Le RRASMQ ont collaboré à quelques reprises au cours de la dernière année.

L'AGIDD-SMQ, était représentée à l'AGA du RRASMQ, les 15 et 16 juin 2016.

Notons la participation de Gorette Linhares, agente de communication de l'AGIDD-SMQ à la journée de l'Alternative en santé mentale à titre de membre du comité organisateur. L'AGIDD-SMQ a invité ses membres à inscrire la date du 10 octobre 2017 à leur agenda afin d'y tenir, à leur tour un *Dingo* ou une autre activité proposée.

Également, l'AGIDD-SMQ et le RRASMQ sont partenaires dans le cadre de la refonte du Guide personnel GAM, avec le groupe de recherche ERASME.

L'AGIDD-SMQ et le RRASMQ sont aussi collaborateurs au sein du Mouvement Jeunes et santé mentale avec le Regroupement des Auberges du cœur du Québec (RACQ).

# ACTIVITÉS RÉALISÉES ET CONSTATS DU CA

La section suivante présente les activités réalisées en fonction des objectifs annuels. Ceux-ci ont été formulés dans le but de nous faire avancer vers l'atteinte des objectifs stratégiques (2016-2021) adoptés par les membres. Chacun de ces objectifs stratégiques vise à répondre à trois enjeux aussi identifiés par les membres. Voici un rappel de ces enjeux et objectifs stratégiques qui permettra de mieux comprendre les objectifs annuels et les activités réalisées en 2016-2017.

## MISE EN CONTEXTE ET ENJEU 1

### Contexte

Ces dernières années, la santé mentale est devenue une priorité de santé publique à l'échelle mondiale et un enjeu économique majeur. Selon L'OMS, les troubles mentaux, particulièrement la dépression, représenteront d'ici 2030 la principale cause de mortalité dans le monde. De nos jours, 24 % des Québécois et 33% des Québécoises déclarent avoir un niveau élevé de détresse psychologique (ISQ, 2016). En 2016, le Conference Board déclarait que la dépression et l'anxiété coûtent à l'économie canadienne au moins 32,3 milliards de dollars. Face à ces enjeux économiques et de santé publique, le gouvernement souhaite freiner la hausse des coûts. Il mise sur des approches de retour rapide à l'emploi, des traitements pharmacologiques et de suivi dans la communauté. Des investissements importants vont à la recherche d'outils diagnostiques biomédicaux, de dépistages précoces et au suivi en continu des « individus à risque ».

Dans ce contexte, les ressources alternatives en santé mentale doivent se mobiliser afin de cultiver et de maintenir une vision et des pratiques alternatives. Fières de leur histoire, conscientes de leur pertinence et convaincues de l'importance d'avoir accès à une diversité d'approches qui prennent en compte les besoins globaux et les aspirations de la personne, les ressources alternatives ont tout à gagner à se consolider et à partager leurs expertises.

### ENJEU 1

**Dans ce contexte où le gouvernement se saisit des enjeux de santé mentale avec une vision biomédicale et économiste, la vision et les pratiques du mouvement alternatif en santé mentale sont méconnues ou encore marginalisées.**

### L'approche biomédicale est... <sup>1</sup>

- Spécifique : traite une partie du corps et non la personne entière;
- Mécaniste : à diagnostic précis, traitement précis;
- Uniformisante : traite selon une norme qui ignore les spécificités propres à chaque personne;
- Curative : traite la maladie plus qu'elle ne préserve la santé;
- Interventionniste : s'immisce dans les processus normaux de la vie;
- Coûteuse : traite à l'aide de technologies et de médicaments dispendieux.

<sup>1</sup> Réseau québécois d'action pour la santé des femmes (RQASF). (2008). Changeons de lunettes! Synthèse du Cadre de référence en santé des femmes. p.4

# OBJECTIFS STRATÉGIQUES 2016-2021 LIÉS À L'ENJEU 1

**1.1 Assurer une meilleure cohérence entre les valeurs de l'Alternative, les pratiques et les réalités vécues par les ressources membres**

**1.2 Faire reconnaître l'existence et l'importance de pratiques alternatives en santé mentale auprès du public, des instances gouvernementales et partenaires institutionnels et communautaires et favoriser l'accès à une diversité d'approches individuelles et collectives**

## OBJECTIFS DE L'AN 1

1. Mieux connaître et comprendre les réalités, les pratiques et les défis que vivent les ressources membres par rapport à la philosophie de l'Alternative.
2. Bonifier le discours du RRASMQ sur les valeurs de l'Alternative à partir de la réalité et des défis que vivent les ressources membres.
3. Favoriser l'appropriation des valeurs et des pratiques de l'approche alternative par les membres.

1. Documenter l'apport des pratiques alternatives dans la vie des personnes et des communautés.
2. Accroître la présence du discours de l'Alternative dans l'espace public et médiatique.
3. Sensibiliser des acteurs du milieu politique, institutionnel et communautaire au discours de l'Alternative.

## ACTIVITÉS RÉALISÉES

### Démarche Connaître vos réalités

- Sondage sur les pratiques des ressources membres pour la diffusion du discours de l'Alternative, la présence dans l'espace public et le partage de leur expertise ;
- Visite de 7 ressources membres : Écoute-Entraide/CAP/Trait d'union/La Traversée/Groupe d'entraide L'Horizon/La Bouffée d'air du KRTB/Le Périscope des basques ;
- Questionnaire sur la situation des groupes membres en rapport à l'Éducation populaire autonome (vision, pratiques, besoins, défis).

### Chaîne de collecte de «bonnes idées»:

- Lancement du projet de collecte et de chaîne des « Bonnes idées » à l'AGA 2016 ;
- Participation de 30 ressources alternatives à la collecte de bonnes idées ;
- Publication et diffusion d'un cahier des « Bonnes idées » en décembre auprès des membres.

### Groupes d'entendeurs de voix et les valeurs de l'Alternative

- Élaboration et présentation au CA d'un canevas d'animation pour recueillir de l'information auprès des ressources alternatives qui ont des groupes d'entendeurs de voix à propos des liens entre cette pratique et les valeurs de l'Alternative ;
- Sollicitations pour rencontrer des groupes, un groupe a été rencontré (Prise II).

### Activités pour connaître la contribution de l'Alternative à la vie des personnes et de la société

- Chaîne de collecte de «bonnes idées»: 30 ressources ont décrit l'impact de leurs pratiques dans la vie des personnes et des communautés ;
- Participation au comité de suivi de la recherche sur la Contribution des ressources alternatives au développement des pratiques en santé mentale, 3 rencontres ;
- Présentation des résultats préliminaires et activité de collecte de données à l'AGA 2016.

### Activités de diffusion

- 4 rencontres du comité Mobilisation pour organiser la Journée québécoise des alternatives en santé mentale ;
- Élaboration et diffusion des outils de la journée de visibilité de l'Alternative 2016 (affiche, boîte à outils, conception et mise en ligne du nouveau site internet dédié à la campagne : [www.jaiunehistoire.com](http://www.jaiunehistoire.com), publication du journal *Ailleurs et Autrement*). Mobilisation et soutien aux membres à participer à la journée de visibilité (relance téléphonique, courriel) ;
- Bilan de la journée de visibilité 10-10-16 : sondage électronique + 25 entretiens téléphoniques pour suivis avec les groupes ;
- 4 interventions médiatiques suite au forum Jeunes et Santé mentale : 2 entrevues radio (Richard Martineau, Benoit Dutrisac) et 2 articles dans la presse écrite.

## ACTIVITÉS RÉALISÉES (SUITE)

### Réflexion pour bonifier le discours de l'alternative

- Élaboration d'un rapport des visites des ressources rapportant des défis et réalités sur le vécu de l'alternative.
- Exercice de réflexion au CA pour réfléchir aux défis entourant les principes qui posent plus de difficultés (l'autonomie, l'engagement social et politique, la participation des personnes et la promotion-vigilance des droits).
- Ajout de ces réflexions dans le document de réflexion sur les critères d'adhésion.

### Formation sur l'Alternative

- 6 formations, dont 3 sur la GAM (La Cordée, Le Phare, Le Campagnol, L'Autre maison, La Maison du Goéland, Le Réseau d'aide le Tremplin). Une rencontre de suivi post-formation a eu lieu à l'Autre Maison.
- Tenue de Petits rendez-vous de l'Alternative, du 18 au 20 octobre 2016. 9 ressources y ont participé, 26 participants au total dont 60 % étaient des membres de leur RA.
- 5 ateliers lors de l'AGA 2016 (GAM, crise, participation des personnes, jeunes et santé mentale, accueil des expériences multisensorielles) et une activité de sensibilisation sur l'accueil.
- 2 réunions du groupe de travail sur la GAM. Plusieurs suivis téléphoniques ont également permis de suivre l'évolution du projet. Le RRASMQ est en cours d'élaboration d'un portrait des expériences de développement de la GAM pour chacune des ressources.
- Rencontre bilan du groupe de travail sur les expériences multisensorielles, diffusion d'un feuillet de présentation à l'AGA et animation d'un atelier à l'AGA
- Une activité de réflexion sur l'importance de la transmission a été faite lors de la rencontre nationale des 20-21 mars.



### Activités de diffusion (suite)

- 5 entrevues radio (2 à Radio Ville-Marie, 1 à Radio Centre-ville, 1 à Radio-Canada Trois-Rivières, 1 à Radio-Canada Québec) et un topo-radio sur la Première chaîne de Radio-Canada.
- Production et publication de la revue L'autre Espace volume 6 no.2 en juin et le volume 7 no.1 en décembre.
- Actualisation fréquente du contenu du site web et de la page Facebook.

### Activités de sensibilisation du milieu politique, institutionnel et communautaire

- Un plan pour la diffusion de la GAM a été élaboré et déposé au CA.
- Une demande pour devenir fournisseur de service de formation à l'OTSQ est en cours
- 3 demandes de formation GAM des Centres jeunesse sont en cours de traitement.
- La liste des milieux ayant des pratiques GAM a été mise en ligne. Ces milieux ont obtenu aussi les éléments graphiques pour insérer dans leurs outils de communication.
- 7 ateliers/séances d'information GAM ont été offerts dans les milieux universitaires, centres jeunesse, réseau public et communautaire
- 2 kiosques GAM ont été présentés lors de colloques organisés par le réseau public de la santé et des services sociaux.
- 3 réunions du comité de réédition du guide GAM.
- Participation aux consultations de la Direction de la santé mentale du Québec sur les guides sur la primauté de la personne et la lutte à la stigmatisation.
- Préparation et dépôt d'un mémoire et représentation auprès de la ministre De Santis sur la question de la participation des personnes.
- Préparation et dépôt d'un mémoire au nom du Mouvement jeunes et santé mentale avec l'AGIDD et participation au colloque du FRESQue (Udm) sur la santé mentale
- Rencontre avec le député de Lévis, M. François Paradis, porte-parole en matière de Santé, Services sociaux et auprès des Aînés de la CAQ par Carl Sansfaçon, et l'ensemble du caucus du

## CONSTATS DU CA EN LIEN AVEC L'ENJEU 1

**En lien avec l'objectif stratégique 1.1 : Assurer une meilleure cohérence entre les valeurs de l'Alternative, les pratiques et les réalités vécues par les ressources membres.**

De par les activités déployées par l'équipe de la permanence, le CA constate que le RRASMQ possède une meilleure connaissance des réalités, pratiques et défis pour certaines ressources alternatives à l'égard de la philosophie de l'Alternative. Notamment, il est en mesure de dire que les enjeux se situent surtout autour des principes touchant à l'autonomie de la ressource, à la participation des personnes, aux pratiques de promotion-vigilance, ainsi qu'à l'engagement social et politique des ressources. Par ailleurs, il considère que les événements de formation et de vie associative ont contribué de manière significative à l'appropriation des valeurs du mouvement alternatif. Il demeure toutefois préoccupé par le fait qu'encore, certaines ressources sont moins présentes dans le RRASMQ et aussi par le phénomène de roulement du personnel ou de départ à la retraite qui questionne la relève pour la vision et les pratiques alternatives.

**En lien avec l'objectif stratégique 1.2 : Faire reconnaître l'existence et l'importance de pratiques alternatives en santé mentale auprès du public, des instances gouvernementales et partenaires institutionnels et communautaires et favoriser l'accès à une diversité d'approches individuelles et collectives.**

Cette année, les membres ont contribué de manière exceptionnelle à la collecte de matériel pour démontrer l'apport des ressources alternatives dans la vie des personnes et des communautés. Elles ont aussi été plus nombreuses à participer à la Journée québécoise de l'Alternative en santé mentale, le 10 octobre 2016. Cet événement, ainsi que le Forum Jeunes et santé mentale, ont permis de faire rayonner davantage le discours de l'Alternative en santé mentale dans l'espace public médiatique. Aussi, les activités de sensibilisation sur la GAM ont permis de rejoindre les Centres jeunesse comme nouveaux publics. L'équipe de la permanence a aussi porté les revendications du RRASMQ dans les consultations sur les guides qui découlent du nouveau plan d'action en santé mentale et sur le Cadre sur la participation publique.



## MISE EN CONTEXTE ET ENJEU 2

### Contexte

Pour le RRASMQ, la dominance de l'approche biomédicale en santé mentale minimise la prise en compte de facteurs de risque reconnus par l'OMS pour la santé mentale des individus et des communautés, tels que la pauvreté et les inégalités socioéconomiques persistantes; le manque d'accès aux services sociosanitaires et à l'éducation; les conditions de travail éprouvantes; la discrimination à l'égard des femmes; l'exclusion sociale; des conditions de logement et un mode de vie malsain; les risques de violence ou de mauvaise santé physique; les violations des droits humains.

De plus, dans une société valorisant autant la performance, le traitement des symptômes par les médicaments psychotropes ou par des thérapies visant à moduler les comportements, représentent des solutions efficaces pour retrouver un fonctionnement « normal » et « productif ». Or, le recours systématique à ces solutions limite, ou empêche même, la recherche du sens à donner « à sa souffrance psychique » et l'identification des facultés et des forces personnelles permettant de surmonter son problème, tout en explorant les causes environnementales et sociales.

Pour le RRASMQ, toutes les souffrances de la vie, les détresses émotionnelles et psychologiques ne sont pas considérées comme des « maladies mentales » qui nécessitent toujours des interventions biomédicales ou qui se dénouent uniquement par des approches individuelles. C'est toute la société qui se doit d'être interpellée.

### ENJEU 2

**La prédominance de l'approche biomédicale, du traitement pharmacologique et même des thérapies cognitivo-comportementales en santé mentale contribue à une conception individualiste des problèmes de santé mentale. Dans ce contexte, exercer et formuler une vision critique est de première importance.**

**La thérapie cognitivo-comportementale (TCC)** est une thérapie brève, validée scientifiquement, qui vise à remplacer les idées négatives et les comportements inadaptés par des pensées et des réactions en adéquation avec la réalité (Psycom).

# OBJECTIFS STRATÉGIQUES 2016-2021 LIÉS À L'ENJEU 2

**2.1 Favoriser une culture de questionnement face à l'approche biomédicale et l'industrie pharmaceutique**

**2.2 Contribuer au renforcement d'une conception globale des problèmes de santé mentale qui reconnaît la nécessité d'agir sur les inégalités sociales et les conditions de vie**

## OBJECTIFS DE L'AN 1

1. Favoriser la compréhension de l'exercice d'une vision critique en santé mentale
2. Alimenter les membres avec des points de vue critiques sur la question de l'approche biomédicale et l'industrie pharmaceutique

1. Mettre en lumière auprès du public les liens entre les inégalités sociales, les conditions de vie et les problèmes de santé mentale ;
2. Contribuer au renforcement d'alliances entre groupes qui reconnaissent la nécessité d'agir sur les inégalités sociales et les conditions de vie ;
3. Interpeler le gouvernement sur les inégalités sociales et les conditions de vie.

## ACTIVITÉS RÉALISÉES

### **Activités pour s'approprier ce que signifie «exercer une vision critique»**

- Activité de réflexion et d'éducation à l'AGA 2016.
- Promotion des guides d'animation de démarche pour une vision critique en santé mentale (AGIDD-SMQ et RRASMQ) à l'AGA 2016.
- Un vox pop pour réfléchir au sens de la vision critique, promu par courriel et mené auprès des comités et des participants des Petits rendez-vous de l'Alternative.
- Élaboration, en cours, d'un atelier sur le DSM-5.
- Le numéro sur la vision critique de L'autre Espace comporte plusieurs articles visant à faire comprendre ce que c'est exercer une vision critique.

### **Activités pour alimenter les membres avec des points de vue critiques en santé mentale**

- 3 revues de presse critiques en santé mentale (avril, mai, juin)
- Revue L'autre Espace (Vol. 7, no 2) portait sur la Vision critique en santé mentale
- L'article de Robert Théoret de ce numéro a été diffusé sur la page Facebook du RRASMQ
- Participation à un comité pour la diffusion de la journée contre les électrochocs le 14 février.
- La publication et la diffusion du journal Ailleurs et autrement en octobre 2016.

### **Activités pour diffuser les liens entre inégalités sociales, conditions de vie et problèmes de santé mentale**

- Argumentaire sur les liens entre des conditions de vie et des inégalités sociales et des problèmes de santé mentale a été présenté dans le journal Ailleurs et autrement 2016 et sur le site [www.jaiunehistoire.com](http://www.jaiunehistoire.com)
- 22 ressources ont tenu des actions et dix autres ont organisé des distributions de journaux.
- Mise en ligne de témoignage sur la santé mentale, les inégalités sociales, les conditions de vie à travers le site [www.jaiunehistoire.com](http://www.jaiunehistoire.com)
- Élaboration et diffusion d'une capsule web à partir de la pièce de théâtre présentée au Forum Jeunes et santé mentale.
- Atelier sur les déterminants sociaux de la santé mentale au Comité social Centre-sud.

### **Renforcement des alliances autour de l'enjeu d'agir sur les inégalités sociales et les conditions de vie et de contrer la médicalisation des problèmes sociaux**

- 4 rencontres du comité organisateur du forum Jeunes et santé mentale (AGIDD-SMQ, RACQ, RRASMQ et 2 auberges du cœur)
- Tenue du Forum Jeunes et santé mentale, le 15 avril 2016 (180 participant, 30 organisations)

## ACTIVITÉS RÉALISÉES DE L'OBJECTIF 2.2 (SUITE)

### **Renforcement des alliances ...(suite)**

- Atelier sur le contenu du Forum Jeunes et santé mentale lors de l'AGA 2016 ;
- Lettre d'appui à la campagne Jeunes et santé mentale (signée par 29 groupes communautaires dont 10 membres du RRASMQ) ;
- Mise sur pied et 2 rencontres du comité coordonnateur du Mouvement Jeunes et santé mentale (comprenant près d'une dizaine d'organisations) ;
- Élaboration et diffusion d'une déclaration commune pour présenter les revendications du nouveau Mouvement Jeunes et santé mentale ;
- Dépôt d'un mémoire sur l'accessibilité aux soins de santé mentale au Forum pour la relève étudiante en santé (FRESque) par le Mouvement Jeunes et santé mentale ;
- Participation à la Coalition Objectif dignité : échange d'information et de vision avec plusieurs secteurs et regroupements communautaires ;
- 3 représentations au Collectif pour un Québec sans pauvreté ;
- Présence au lancement des *Actes des états généraux sur l'itinérance au Québec* ;
- LE RRASMQ est devenu partenaire de diffusion de la campagne 2017 : 7 astuces pour la SM du Mouvement Santé mentale Québec.

### **Activités pour interpeller les décideurs sur ces enjeux**

- Rencontre avec les responsables du dossier Réseau intégré de services jeunes et santé mentale ;
- Participation à l'organisation du pique-nique de la Coalition Objectif dignité ;
- Membre de l'équipe média de la Coalition Objectif dignité ;
- Communiqué de presse demandant au ministre Blais de retirer le projet de loi 70 ;
- Dépôt d'un mémoire sur le « Cadre de référence gouvernemental sur la participation publique » ;
- Rencontre avec Mme Rita DeSantis, ministre responsable de l'Accès à l'information.

## CONSTATS DU CA EN LIEN AVEC L'ENJEU 2

### En lien avec l'objectif stratégique 2.1 : Favoriser une culture de questionnement face à l'approche biomédicale et l'industrie pharmaceutique

Le CA constate que l'équipe de la permanence alimente beaucoup les membres du RRASMQ de points de vue critiques en santé mentale et qu'elle reçoit des commentaires très positifs quant à ses publications. Toutefois, il n'est pas en mesure d'évaluer si ces publications servent à nourrir des réflexions collectives dans les ressources avec leurs membres.

### En lien avec l'objectif stratégique 2.2 : Contribuer au renforcement d'une conception globale des problèmes de santé mentale qui reconnaît la nécessité d'agir sur les inégalités sociales et les conditions de vie

Le CA constate qu'aborder la santé mentale sous un angle plus social rejoint les préoccupations de plusieurs groupes communautaires et permet d'interpeler les communautés et de développer des alliances. Le thème de la campagne de la Journée de l'Alternative en santé mentale *J'ai une histoire, pourquoi en faire une maladie?* a permis de mettre davantage en lumière les liens entre les inégalités sociales, les conditions de vie et les problèmes de santé mentale, en plus d'inviter les personnes premières concernées à en faire autant. Le Forum Jeunes et santé mentale a été, quant à lui, un franc succès et il continue de porter ses fruits à travers l'élargissement de sa base d'implication et les nombreux appuis aux revendications du nouveau Mouvement Jeunes et santé mentale. Enfin le CA considère qu'il demeure important de continuer et d'accentuer le soutien à la mobilisation des ressources autour de la revendication d'une approche plus globale et sociale en santé mentale.



#### SOMMAIRE

ÉDITORIAL > Du 5 au 10 octobre, partageons et réfléchissons sur l'impact de nos conditions de vie sur notre santé mentale. Page 1

Les pays sont-ils devenus fous ? Page 2

Le petit canard lonné d'être pauvre. Page 3

« Ils n'en mourraient pas tous mais tous étaient frappés... » Page 4

Travail et santé mentale. Page 4-5

### J'AI UNE HISTOIRE. Pourquoi en faire une maladie ?

Du 5 au 10 octobre, partageons et réfléchissons sur l'impact de nos conditions de vie sur notre santé mentale.

À L'OCCASION DE LA JOURNÉE MONDIALE DE LA SANTÉ MENTALE (JOMS), LE MOUVEMENT ALTERNATIF EN SANTÉ MENTALE INVITE L'ENSEMBLE DES CITOYENNES ET DES CITOYENS À SE QUESTIONNER ET À ÉCHANGER SUR LES CAUSES SOCIALES DE LA SOUFFRANCE MENTALE. CETTE RÉFLEXION COLLECTIVE NOUS PERMETTRA PEUT-ÊTRE DE CESSER DE FAIRE PORTER STRICTEMENT LA RESPONSABILITÉ AUX INDIVIDUS ET DE PROPOSER DES SOLUTIONS COLLECTIVES AUX DÉTRESSES PARTICULIÈRES. SE POURRAIT-IL QUE, PARFOIS, L'ORGANISATION DE NOTRE SOCIÉTÉ NOUS RENDE MALADE ? C'EST POURQUOI LE RRASMQ LANCE CETTE ANNÉE UNE CAMPAGNE AYANT POUR SLOGAN « J'AI UNE HISTOIRE. POURQUOI EN FAIRE UNE MALADIE ? », INVITANT LES QUÉBÉCOIS ET LES QUÉBÉCOISES À RÉFLÉCHIR AUX CAUSES SOCIALES DES PROBLÈMES DE SANTÉ MENTALE.

L'OMS rappelle qu'une personne sur quatre (25% de la population), au cours de sa vie, risque d'être confrontée à un problème de santé mentale. Pourtant, encore aujourd'hui, les problèmes de santé mentale sont très

QUAND LE DIAGNOSTIC MASQUE L'HISTOIRE DE LA PERSONNE

En 2012, dans le cadre de sa consultation sur l'état des services en santé mentale au Québec, le Commissaire à la santé et au bien-être (CSBE) a mis en

détresse: de les écouter dans leur histoire, leurs visions, leurs besoins, leurs conditions de vie, de travailler avec elles pour identifier les causes et agir sur les conditions à l'origine de leur souffrance. « Ailleurs et autrement » est une proposition de la Fédération québécoise



## MISE EN CONTEXTE ET ENJEU 3

### Contexte

En tant qu'organismes d'action communautaire autonome, les ressources alternatives en santé mentale ont développé un mode de fonctionnement démocratique pour donner une voix aux personnes laissées pour compte de la société, pour les accompagner dans leurs aspirations et pour consolider les communautés dans une perspective de changement social. Au cours des dernières années, cette mission sociale a été remise en question par des mesures gouvernementales ainsi que par des modes de gestion axés sur une rentabilité mesurée par des indicateurs quantitatifs souvent déconnectés du sens du travail des ressources alternatives.

Ainsi, la nouvelle gouvernance implantée dans la sphère publique gruge lentement l'autonomie et les pratiques démocratiques des groupes communautaires et des ressources alternatives. L'accroissement des exigences de reddition de comptes, le financement lié aux priorités et aux cibles des institutions et des bailleurs de fonds, la standardisation des façons de faire et l'appel à la professionnalisation des pratiques ont pour conséquence d'individualiser les pratiques d'intervention au détriment des pratiques d'éducation populaire et de mobilisation sociale. L'action des milieux communautaires cible de plus en plus les problèmes individuels, de façon de plus en plus pointue, au détriment des problématiques globales qui requièrent une compréhension plus large et plus complexe.

### ENJEU 3

**L'idéologie néo-libérale et les politiques d'austérité remettent en question l'autonomie d'action et le rôle de transformation sociale des groupes d'action communautaire autonome et alternatifs.**

## OBJECTIFS STRATÉGIQUES 2016-2021 LIÉS À L'ENJEU 3

**Renforcer les pratiques d'éducation populaire et de mobilisation citoyenne axées sur la transformation sociale**

### OBJECTIFS DE L'AN 1

1. Favoriser la compréhension des membres du rôle et de la mission des ressources alternatives comme organisme d'action communautaire autonome (OACA).
2. Sensibiliser les membres aux enjeux touchant l'autonomie des ressources alternatives en tant qu'organisme d'action communautaire.
3. Favoriser la mobilisation des personnes sur les enjeux des conditions de vie et de la santé mentale.

## ACTIVITÉS RÉALISÉES

### **Se donner du souffle : démarche dynamique et collective pour la transformation sociale**

- En collaboration avec le Carrefour de participation, ressourcement et formation (CPRF), élaboration de *Se donner du souffle* : démarche dynamique et collective pour la transformation sociale visant à revaloriser les pratiques d'ÉPA en lien avec l'Alternative et l'ACA ;
- 7 séances de travail entre l'équipe du RRASMQ et le CPRF ; 1 séance entre le CA, l'équipe du RRASMQ et le CPRF ;
- Organisation et tenue de la rencontre nationale Une bouffée d'air ; lancement de la Phase 1 à notre adresse tout part des gens dès l'accueil. 79 participants (50 % PM), 29 ressources ;
- Mise en ligne d'une page spécifique sur la démarche *Se donner du souffle*, sur le site web du RRASMQ ;

### **Aussi pour favoriser le rôle et la mission des ressources alternatives comme organisme d'action communautaire autonome :**

- Article dans le Journal *Ailleurs et autrement* sur le rôle de transformation sociale de RA
- Formation sur l'Alternative, Petits Rendez-vous de l'alternative

### **Activités pour défendre et soutenir l'exercice de l'autonomie des ressources communautaire et alternatives**

- Sondage électronique portant sur les liens entre le réseau et les RA (invitation-convocation des CIUSS...). 44 ressources y ont répondu.
- Analyse des résultats et présentation au CA;
- Réflexion au CA de février sur les défis reliés à l'autonomie de la ressource ;
- Soutien à l'Âtre de Sept-Îles ;
- Participation à l'action « On ferme nos portes », les 4-5 novembre et à la manifestation dans le cadre la campagne *Engagez-vous pour le communautaire* ;
- Participation aux actions d'éclats de la campagne *Engagez-vous pour le communautaire* ;
- Diffusion constante des bulletins des campagnes *Engagez-vous* et *Je tiens à ma communauté, je soutiens le communautaire*.

### **Activités pour soutenir la mobilisation des personnes sur les enjeux des conditions de vie et de la santé mentale**

- Élaboration d'une boîte à outils disponible sur le site [jaiunehistoire.com](http://jaiunehistoire.com) ;
- Activité de visibilité de l'Alternative à Montréal : animation d'un Dingo, activité de prescription sociale, distribution de journaux. Environ 50 personnes de nos ressources s'y sont mobilisées ;
- Animation de réflexion dans le comité mobilisation Présentation de la campagne du 10 du 10 lors de l'AGA ;
- Création d'une capsule web pour promouvoir le 10 du 10 ;
- Création d'une capsule vidéo « Folles d'histoires ! ».

## CONSTATS DU CA EN LIEN AVEC L'ENJEU 3

### **En lien avec l'objectif stratégique 3 : Renforcer les pratiques d'éducation populaire et de mobilisation citoyenne axées sur la transformation sociale**

Le CA considère que le déploiement de la nouvelle démarche *Se donner du souffle!* visant à soutenir les pratiques d'éducation populaire autonome des ressources contribuera à renforcer leur rôle de transformation sociale et aidera à atteindre pleinement les objectifs de la planification stratégique du RRASMQ. Le lancement de cette démarche a suscité une adhésion satisfaisante et beaucoup d'enthousiasme chez les membres participants. Toutefois, il faut encourager la participation d'autres ressources.

Autrement, le CA estime que la participation du RRASMQ et de ses membres aux campagnes de mobilisation pour défendre l'Action communautaire autonome a été importante. Quant à la mobilisation des personnes sur les enjeux des conditions de vie et de la santé mentale, l'équipe a offert une belle variété d'outils et de suggestions d'activités d'éducation populaire à ses membres. Il estime que plus de 300 personnes militantes se sont mobilisées pour la tenue d'activités dans le cadre de la journée de l'Alternative.



# VIE ASSOCIATIVE ET GESTION

## OBJECTIFS

## ACTIONS/ACTIVITÉS RÉALISÉES

<p><b>Favoriser la gestion participative dans la coordination du RRASMQ</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 15 réunions du comité de coordination ;</li> <li>• 24 réunions d'équipe régulières ;</li> <li>• 6 réunions du conseil d'administration ;</li> </ul>
<p><b>Favoriser la réussite du plan d'action et l'atteinte des résultats prévus au plan</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Élaboration du document de suivi des activités à chacun des CA ;</li> <li>• Rédaction et envoi du rapport annuel 2015-2016 ;</li> <li>• Production et envoi d'une brochure d'information sur le plan stratégique et le plan de l'an 1, avril 2016</li> <li>• Rédaction des bilans mi-annuel et annuel</li> </ul>
<p><b>Assurer la gestion financière et matérielle</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Préparation des prévisions budgétaires 2016-2017</li> <li>• Préparation du rapport financier annuel avec le comptable ;</li> <li>• Présentation des états financiers aux membres du CA (en continu) ;</li> <li>• Dépôt d'une demande d'aide financière à Emploi Québec ;</li> <li>• Dépôt d'une demande de subvention au service aux collectivités de l'UQÀM ;</li> <li>• Dépôt de la demande PSOC 2017-2018 ;</li> <li>• Dépôt de la demande d'exemption des taxes foncières.</li> </ul>
<p><b>Animer la vie associative en lien avec les enjeux de l'alternative en santé mentale</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Production de 5 bulletins DeConcert (mai, juin, octobre, décembre, février) ;</li> <li>• Production de 10 Infolettres tous les 15 du mois</li> <li>• Organisation et tenue de l'AGA, les 14 au 16 juin : 127 personnes, dont 64 étaient des membres de ressources alternatives. En tout 37 groupes membres y étaient représentés, dont 32 ayant le statut de membre régulier ;</li> <li>• Rencontre nationale 20-21 mars 2017 ; 90 personnes, 29 groupes membres ;</li> <li>• 3 Comité Pratiques, 3 Comité Politique ;</li> <li>• 1 rencontre conjointe comités politique, pratique, CA, mobilisation ;</li> <li>• 1 rencontre avec Doris Provencher de l'AGIDD pour réactiver le comité conjoint.</li> </ul>

**Soutenir et développer les compétences de l'équipe en lien avec les objectifs de développement du RRASMQ**

- Sélection et nomination du nouveau comité de coordination : avril 2016 ;
- Processus de dotation pour le poste de responsable au développement des pratiques alternatives ;
- Participation à la journée de réflexion « Austérité et santé mentale » de l'AGIDD-SMQ ;
- Participation au forum « La participation citoyenne » de l'Institut du Nouveau Monde ;
- Entrevues de sélection et 6 rencontres d'encadrement et de soutien des stagiaires ;
- Rencontre de probation de la responsable des communications et de la mobilisation ;
- Rencontre de probation de la responsable au développement des pratiques ;
- Processus pour Mathilde et Jean-Pierre de l'appréciation de leur contribution ;
- Journée thématique équipe + un membre du CA sur l'Action communautaire autonome ;
- Colloque ÉRASME inter-reconnaissance sur les droits ;
- Formation Pansouillard ;
- Colloque santé et applications mobiles ;
- Formations informatiques Insertech (Mathilde, Indesign et Annie, Word) ;
- Conférence de Vitor Pordeus.

**Assurer la gestion du membership**

- Compilation du questionnaire de renouvellement d'adhésion, août
- Rencontre avec le CA du Rebond pour des renseignements sur l'adhésion,

**Représentations/partenariats**

- 4 CA TRPOCB ;
- Présence au 20e anniversaire de la Table TRPOCB, 27 octobre 2016
- 1 rencontre Bilan campagne « Je soutiens ma communauté, je soutiens le communautaire » ;
- 2 rencontres ERASME ;
- Participation aux rencontres du réseau montréalais des groupes d'entendeurs de voix ;
- Soutien financier diffusion de l'information et participation lors de la présentation du film Healing Voices le 14 septembre 2016 au Cinéma Beaubien ;
- Présence au rassemblement d'opposition aux électrochocs ;
- Rencontre d'organisation pour la campagne contre l'usage des électrochocs Action autonomie ;
- Accueil de pairs-aidants de Belgique ;
- Présence au 20e anniversaire de L'Éveil de Brome-Missisquoi ;
- Présence au 25e anniversaire d'Ancre et Ailes ;
- Présence au 30e anniversaire de la Bonne Étoile.

À CHAQUE ANNÉE, POUR FAIRE SUITE À LA RÉOLUTION DE L'AGA 2008, LE RRASMQ PROCÈDE À UNE ÉVALUATION CONTINUE DE SON FONCTIONNEMENT ET DE SES STRUCTURES À LAQUELLE PARTICIPENT PLUSIEURS INSTANCES (COMITÉS PRATIQUES, POLITIQUE, MOBILISATION, CA, COMITÉ DE COORDINATION). À LA FIN DE CHAQUE ANNÉE, LE CONSEIL D'ADMINISTRATION, À LA LUMIÈRE DE CES ÉVALUATIONS ET DU BILAN ANNUEL, RÉPOND AU QUESTIONNAIRE D'ÉVALUATION DU FONCTIONNEMENT ET DES STRUCTURES DU RRASMQ.

## ÉVALUATION DU FONCTIONNEMENT DES STRUCTURES

1. Est-ce que les structures et le fonctionnement ont favorisé L'IMPLICATION DES DIFFÉRENTS ACTEURS (membres, membres des comités, administrateurs, employés) cette année? Si oui, comment? Si non ou pas suffisamment, qu'est-ce qui a manqué?

Les évaluations des différentes instances permettent de dire que les différents acteurs se sentent impliqués dans les instances, sont satisfaits du climat, des processus d'animation et des mécanismes de soutien. On souligne cependant que les réunions des conseils d'administration sont parfois trop chargées et que le mandat du comité Politique est à clarifier.

On observe que le nombre de personnes impliquées dans les comités du RRASMQ cette année se maintient. 64 personnes différentes se sont impliqués dans les comités et 54% des membres réguliers ont participé à au moins une activité en cours d'année.

Au sein de l'équipe, les nouvelles personnes (stagiaires et employés) estiment qu'il est aisé

de s'intégrer grâce au mode de gestion participative et aux occasions de formation. Le séminaire de formation « Les Petits rendez-vous de l'alternative » est toujours offert gratuitement aux membres du CA. Aucun administrateur ou administratrice n'y a participé cette année.

2. Est-ce que les structures et le fonctionnement ont favorisé LA COLLABORATION ENTRE LES INSTANCES (AGA, CA, Comités, Comité de coordination, équipe de travail) cette année? Si oui, comment? Si non ou pas suffisamment, qu'est-ce qui a manqué?

Comme convenu, un représentant du CA est nommé et un substitut pour chacun des comités permanents du RRASMQ facilitant la circulation de l'information. Une rencontre réunissant les différents comités et le CA s'est tenue afin de mieux se connaître, s'approprier la planification stratégique et voir comment chaque instance allait y collaborer.



3. Est-ce que les structures et le fonctionnement ont favorisé une REPRÉSENTATIVITÉ DANS LES INSTANCES (CA, comités, AGA, groupes de travail) qui reflète sa philosophie, ses valeurs et la composition de son membership? Si oui, comment? Si non ou pas suffisamment, qu'est-ce qui a manqué?

La composition de notre CA compte la moitié de personnes ayant un vécu en santé mentale, membre d'une ressource alternative. Plus globalement, on observe une augmentation de cette représentativité de 36% à 52% dans les comités, groupes de travail, assemblées, rencontres nationales étaient des personnes ayant un vécu en santé mentale. On souligne l'importance d'accentuer l'appui et les opportunités de prise de parole des personnes membres des ressources alternatives lors des grands événements du RRASMQ.

Au comité Politique, le CA souhaiterait avoir une plus grande représentation de ressources et de personnes premières concernées. Autrement, au cours de l'année 30 ressources, soit plus du tiers des membres réguliers, se sont impliquées dans les comités et groupes de travail par rapport à une moyenne de 18 pour les trois dernières années. Parmi ces ressources, on retrouve principalement des groupes d'aide et d'entraide, mais également des centres de crises. Les régions représentées dans les comités et groupes de travail sont le Bas St-Laurent, l'Estrie, Montréal, la Gaspésie/Îles-de-la-Madeleine, Chaudière-Appalaches, Lanaudière, les Laurentides, la Montérégie.

**Pour faciliter la représentativité des membres de régions plus éloignées, les comités souhaiteraient pouvoir offrir des possibilités de participation à distance.**

4. Est-ce que le RRASMQ a COMMUNIQUÉ ADÉQUATEMENT avec ses membres cette année ? Si oui, comment? Si non ou pas suffisamment, qu'est-ce qui a manqué?

On apprécie la régularité des infolettres qui permet aussi de condenser les messages une fois par mois plutôt que d'envoyer plusieurs courriels. On encourage les ressources membres à mettre ces infolettres tout comme les autres outils (DeConcert, L'autre Espace) à la disposition de leurs membres.

5. Le Comité de coordination et le Conseil d'administration ont-ils COORDONNÉ LE RRASMQ EFFICACEMENT ET SELON UN MODE DE GESTION PARTICIPATIVE?

Les membres du conseil d'administration suivent régulièrement l'état d'avancement du plan d'action annuel grâce au document de suivi des activités du plan d'action présenté par l'équipe de la permanence. De plus, ils se sont activement impliqués dans le processus d'embauche, la vérification des finances, les représentations extérieures. Les communications entre le comité de coordination, le conseil d'administration et l'équipe fonctionnent bien et de façon régulière, favorisant ainsi une bonne coordination du Regroupement.

Annexe I  
RESSOURCES MEMBRES  
DU RRASMQ EN DATE  
DU 31 MARS 2017

## Membres réguliers

### Bas-St-Laurent (01)

Centre d'entraide l'Horizon de Rivière-du-Loup  
La Bouffée d'Air du KRTB, Rivière-du-Loup  
La Traversée Association Kamouraskoise en santé mentale, La Pocatière  
Le Marigot de Matane  
Le Périscope des Basques, Trois-Pistoles  
Rayon de partage en santé mentale, Amqui  
Source d'Espoir Témis, Témiscouata-sur-le-Lac

### Québec (03)

Relais la Chaumine, Québec

### Mauricie-Centre-du-Québec (04)

Groupe Facile d'accès, La Tuque  
La Ruche Aire ouverte, Nicolet  
Réseau d'aide Le Tremplin, Drummondville

### Estrie (05)

Entrée Chez-soi, Farnham  
L'Autre Rive, Sherbrooke  
L'Autre Versant, Granby  
L'Ensoleillée, Lac-Mégantic  
L'Éveil, Coaticook  
L'Éveil de Brome-Missisquoi, Cowansville  
La Cordée Ressource alternative en SM, Sherbrooke  
Le Phare Source d'entraide, Farnham  
Le Rivage Val Saint-François, Richmond  
Virage santé mentale, Weedon

### Montréal (06)

Accès-Cible s.m.t., Montréal  
Action Santé de Pointe St-Charles, Montréal  
CENTRAMI, Montréal  
Centre d'activités pour le maintien de l'équilibre émotionnel (CAMÉÉ), Montréal  
Centre d'Apprentissage Parallèle (CAP), Montréal  
Centre d'entraide le Pivot, Montréal

Centre de soir Denise Massé, Montréal  
Centre de soutien jeunesse de St-Laurent, Montréal  
Communauté Thérapeutique La Chrysalide, Montréal  
Déprimés anonymes, Montréal  
Habitations Oasis Pointe St-Charles, Montréal  
L'Alternative en santé mentale, Montréal  
L'Autre-Maison centre d'intervention de crise du Sud-Ouest, Montréal  
L'Atelier artisanat centre-ville, Montréal  
Maison l'Éclaircie de Montréal  
Prise II, Montréal  
Projet PAL, Montréal  
Relax-Action Montréal

### Abitibi (08)

Groupe Soleil de Malartic  
L'Accueil Giboulée Harvey-Bibeau, Amos  
L'Entretoise du Témiscamingue, Ville-Marie

### Côte-Nord (09)

L'Âtre de Sept-Îles  
CREAM Baie-Comeau  
Maison de transition le Gîte de Baie-Comeau

### Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine (11)

Association d'entraide pour la santé mentale de New Richmond (la Passerelle)  
Centre de ressourcement, de réinsertion et d'intervention (CRRRI), Gaspé

### Chaudière-Appalaches (12)

Aux Quatre Vents, Lévis  
Centre la Barre du jour, St-Gervais  
L'Oasis de Lotbinière, St-Flavien  
Le Murmure, Beauceville  
Le Trait d'union de Montmagny

### **Laval (13)**

Association de loisirs des personnes handicapées psychiques de Laval

### **Lanaudière (14)**

La Bonne Étoile, Joliette  
La Rescousse Amicale, Rawdon  
La Rescousse Montcalm, St-Esprit  
Le Tournesol de la Rive-Nord, Repentigny  
Le Vaisseau d'Or (des Moulins), Terrebonne  
Services de crise de Lanaudière, Repentigny

### **Laurentides (15)**

Centre aux sources d'Argenteuil, Lachute  
Groupe la Licorne MRC Thérèse, Ste-Thérèse-de-Blainville  
L'Échelon des Pays d'en haut, Piedmont  
L'Envolée de Sainte-Agathe

### **Montérégie (16)**

Alternative Centregens, Longueuil  
Ancres et Ailes, Orsmstown  
Arc-en-ciel, Vaudreuil-Soulanges  
Au Second Lieu, St-Hubert  
Contact Richelieu-Yamaska, St-Hyacinthe  
Le Campagnol, St-Rémi  
Groupe d'entraide L'Arrêt-Court, Sorel  
Hébergement l'Entre-Deux, Longueuil  
L'Avant-Garde en santé mentale, La Prairie  
Le Tournant, Valleyfield  
Maison alternative de développement humain, St-Hyacinthe  
Maison du Goéland de la Rive-Sud, Saint-Constant  
Maison Jacques-Ferron, Longueuil  
Maison le Point commun, St-Jean-sur-Richelieu  
Maison sous les arbres, Châteauguay  
Réseau d'Habitations Chez soi, St-Hubert

## Membres affiliés

### Bas-St-Laurent (01)

Santé mentale Québec Bas-St-Laurent  
Regroupement des organismes communautaires alternatifs en santé mentale du Bas St-Laurent (ROCASM-01)

### Saguenay–Lac-Saint-Jean (02)

Association des ressources alternatives et communautaires en santé mentale du Saguenay / Lac St-Jean (ARACSM-02)

### Québec (03)

Alliance des groupes d'intervention pour le rétablissement en santé mentale (AGIR)

### Mauricie–Centre-du-Québec (04)

Regroupement des organismes de base en santé mentale de la région 04/17 (ROBSM)

### Montréal (06)

Action Autonomie  
Association des groupes d'intervention en défense des droits en santé mentale du Québec (AGIDD-SMQ)  
Association de Parents de St-Laurent-Bordeaux-Cartierville pour la SM (APSM)  
Maison des amis du Plateau Mont-Royal  
La Parentrie  
Maison Saint-Jaques, Montréal  
Perspective communautaire en santé mentale (WI)  
Réseau alternatif communautaire des organismes en santé mentale (RACOR)  
Maison Tangente  
Hébergement jeunesse , le Tournant

### Abitibi (08)

Le Trait d'Union de La Sarre  
Maison quatre saisons du Témiscamingue  
Table de concertation régionale des organismes communautaires alternatifs en santé mentale de l'Abitibi-Témiscamingue (TCROCASMAT)

### Côte-Nord (09)

Regroupement des organismes communautaires en santé mentale de la Côte-Nord (ROCSM-CN)

### Nord-du-Québec(10)

Corporation Le Zéphir de Chibougamau

### Gaspésie–Îles-de-la-Madeleine (11)

Centre Émilie-Gamelin de Chandler  
Regroupement des organismes communautaires et alternatifs en santé mentale de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine (ROCASM-GÎM)

### Chaudière-Appalaches (12)

Table régionale des organismes communautaires actifs en santé mentale (TROCASM 12)

### Laval (13)

En-Droit / Groupe de promotion et de défense des droits en santé mentale de Laval  
Laurentides (15)  
Association laurentienne des proches de la personne atteinte de maladie mentale

### Laurentides (15)

ALPPAMM  
Droits et recours Laurentides

### Montérégie (16)

Association des alternatives en santé mentale de la Montérégie (AASMM)  
Collectif de défense des droits de la Montérégie (CDDM)  
Maison Vivre, St-Hubert

## Annexe II

### ACRONYMES

(partage du dictionnaire)

### Acronymes contenus dans ce rapport d'activités

AGA	Assemblée générale annuelle
ARUCI-SMC	Alliance internationale de recherche universités-communautés santé mentale et citoyenneté
CA	Conseil d'administration
CE	Comité exécutif
CSBE	Commissaire à la santé et au bien-être
ÉRASME	Équipe de recherche et d'action en santé mentale et culture
GAM	Gestion autonome de la médication
OPQ	Office des professions du Québec
PSOC	Programme de soutien aux organismes communautaires
RACQ	Regroupement des Auberges du cœur du Québec

### Acronymes communautaires

AGIDD-SMQ	Association des groupes d'intervention en défense des droits en santé mentale du Québec
AQPS	Association québécoise de prévention du suicide
AQRP	Association québécoise de réadaptation psychosociale
CTROCs	Coalition des tables régionales d'organismes communautaires en santé et services sociaux
FFAPAMM	Fédération des familles et amis des personnes atteintes de maladies mentales
FRAPRU	Front d'action populaire en réaménagement urbain
OBNL	Organisme à but non lucratif
ONG	Organisme non gouvernemental
OSBL	Organisme sans but lucratif
PRSAC	Politique de reconnaissance et de soutien à l'action communautaire
RQ-ACA	Réseau québécois de l'Action communautaire autonome
RESCICQ	Regroupement des services communautaires d'intervention de crise du Qc
RRASMQ	Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec
TRSM	Table régionale en santé mentale
TROC	Table régionale des organismes communautaires
TRPOCB	Table des regroupements provinciaux d'organismes communautaires et bénévoles

## Acronymes gouvernementaux

CSMC	Commission de la santé mentale du Canada
CRÉ	Conférence régionale des élus
CSBE	Commissaire à la santé et au bien-être
DSM	Direction de la Santé mentale
LSSSS	Loi sur les services de santé et les services sociaux
MESS	Ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale
MSSS	Ministère de la Santé et des Services sociaux
SACAIS	Secrétariat à l'action communautaire autonome et à l'innovation sociale
PASM	Plan d'action en santé mentale
PSBE	Politique de santé et de bien-être
PSOC	Programme de soutien aux organismes communautaires
RAMQ	Régie de l'assurance maladie du Québec
SHQ	Société d'habitation du Québec
VGQ	Vérificateur général du Québec

## Acronymes des services de santé et de services sociaux

AQESSS	Association québécoise d'établissements de santé et de services sociaux
CH	Centre hospitalier
CHSGS	Centre hospitalier de services généraux et spécialisés
CHSLD	Centre hébergement et de soins de longue durée
CHPSY	Centre hospitalier psychiatrique
CISSS	Centre intégré de santé et de services sociaux
CIUSSS	Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux
CLE	Centre local d'emploi
CLSC	Centre local de services communautaires
CNESM	Centre national d'excellence en santé mentale
CRD	Centre de réadaptation en dépendances
CRDI	Centre de réadaptation en déficience intellectuelle
CSSS	Centre de santé et de services sociaux (CH + CLSC + CHSLD)
GMF	Groupe de médecine familiale
INESSS	Institut national d'excellence en santé et services sociaux
PROS	Plans régionaux d'organisation des services
RI	Ressource intermédiaire
RLS ou RLSI	Réseaux locaux de services (intégrés)
RTF	Ressources de type familial
RUIS	Réseaux universitaires intégrés en santé



**J'ai une histoire.**  
Pourquoi en faire une maladie?

