

Octobre 2010



*Regroupement
des ressources alternatives
en santé mentale
du Québec*

LES PETITS RENDEZ-VOUS DE L'ALTERNATIVE 2010

Cette année, une trentaine de personnes sont venues échanger autour des valeurs et pratiques alternatives lors des *Petits rendez-vous de l'Alternative*, les 14, 15 et 16 septembre. L'événement s'est déroulé à Plein air Ville-Joie situé sur les berges paisibles du Lac St-Pierre près de Trois-Rivières.

Les bateaux qui naviguaient sur le fleuve Saint-Laurent nous rappelaient le thème de l'AGA 2010 : *Maintenons le cap sur l'Alternative*.

Ce fut deux journées d'activités de formation fort bien remplies au cours desquelles les participantes et participants ont abordé les thèmes suivants :



Une présentation captivante

- l'histoire de la santé mentale et du mouvement alternatif,
- les essentiels et particularités de l'Alternative en santé mentale,
- la compréhension autour des enjeux sociopolitiques,
- les défis des pratiques démocratiques dans les ressources alternatives,
- la participation et l'appropriation du pouvoir,
- la Gestion autonome de la médication.

L'inscription de plusieurs personnes en provenance d'une même ressource a grandement favorisé le développement et le renforcement des pratiques alternatives lorsque les gens retournent dans leur milieu.

L'activité des *Petits rendez-vous*, tout en ciblant de façon particulière les personnes nouvellement en contact avec l'Alternative (membres de la ressource, du conseil d'administration ou du personnel, etc.),



Une équipe dynamique

tente également de rejoindre ceux et celles qui veulent renouer avec la philosophie, les approches et les pratiques du mouvement alternatif en santé mentale.

Les évaluations révèlent que, dans l'ensemble, les activités, les lieux, l'hébergement et la nourriture ont été très satisfaisants. Par contre, plusieurs personnes ont relevé que l'horaire des deux jours était un peu trop chargé et que certains sujets manquaient d'approfondissement.



Deux formateurs à l'œuvre

Chose certaine, la formule des *Petits rendez-vous* demeure un moment important de la vie associative, un lieu de rencontre enrichissant et un espace propice pour vivre nos valeurs et actualiser notre philosophie.

Merci à Colette Rondeau, Sylvain Dubé et Réjeanne Bouchard qui se sont joints à l'équipe de la permanence dans l'animation des activités de formation, et à tous ceux et celles qui ont participé à ces journées!



L'équipe des « Oiseaux »



QUELQUES COMMENTAIRES TIRÉS DES ÉVALUATIONS

*Je sors grandi
de cette formation.*

*Le paysage est magnifique...
C'est bien d'avoir la nature qui peut nous apaiser
et nous changer les idées
après toute l'information qui nous est dispensée.*

*La matinée sur la médication
m'a permis de toucher un aspect de ma vie...
Une porte s'est ouverte...*

*Je quitte en me disant qu'il y a du travail à faire
tout en continuant de garder les acquis
et notre démocratie existante.*

*Nous avons beaucoup de possibilités
en tant qu'usagers et nous devons
en prendre connaissance.*

*Je retiens qu'il faut développer
le sens critique des membres
et promouvoir l'approche alternative.*

*Le bloc politique et démocratie
m'a replongé dans des dimensions
que nous n'abordons pas dans la ressource
que je fréquente.*

*J'ai réalisé que mon niveau de connaissance
sur les enjeux sociopolitiques est meilleur
que je le croyais.*



Trois membres du C.A.