

«Mère de 3 adolescents en pleine force de l'âge, je suis une maman célibataire âgée de 35 ans qui court sans cesse après sa queue pour arriver financièrement(...) Je dois donc subvenir aux besoins de ma famille avec un revenu mensuel d'environ 1 000\$ (...) Vivre ainsi, sans aucune marge de manœuvre, est exténuant. Je marche continuellement sur des œufs. Aucune place possible pour une petite gâterie ou la capacité de pouvoir faire face à un imprévu. Je vis d'ailleurs constamment dans la crainte de devoir faire face à des imprévus.»
(témoignage, jaiunehistoire.com)

«Mon patron s'acharne sur moi... Ça me fait vivre de l'injustice...»
(Activité: Au quotidien...je...tu...nous)

« Ma santé mentale est affectée par les enjeux de performances que nous imposent la société. On ne nous laisse pas le temps de souffler et de s'arrêter, de prendre du recul. Je suis borderline et j'ai souvent eu l'impression de ne pas avoir ma place ici, d'être emprisonnée dans ma petite tête. » Jeanne, 20 ans. (Porteur de parole)

«Je vis la peur d'une augmentation de loyer.»
(Activité: Au quotidien...je...tu...nous)

«Les coupures du bs parce que je suis en couple.»
(Activité: Au quotidien...je...tu...nous)

«Après le diagnostic ce qui change c'est la perte de mes avoirs. C'est la perte de mon emploi.»
(Activité: Au quotidien...je...tu...nous)

«Face au marché du travail, je suis en colère face au manque de salaire, au plafond de verre, au burn out, aux exigences épouvantables, à la compétition.»
(Activité: Au quotidien...je...tu...nous)

« Ce qui est majeur, c'est la pauvreté. Même avec les organismes, l'aide alimentaire, les spéciaux, on y arrive pas. Ça rend les gens dépressifs et ça les amène même au suicide. C'est arrivé à mon frère. » Johanne, 60 ans.
(Porteur de parole)

«Pour me nourrir, je dois travailler plus de 40 heures par semaine au salaire minimum et dans de mauvaises conditions.»
(Activité: Au quotidien...je...tu...nous)

«Pour me nourrir, je dois voler...Me prostituer.»
(Activité: Au quotidien...je...tu...nous)

«Je n'ai pas de ressource, je trouve qu'il n'y a pas de place pour les pauvres.»
(Activité: Au quotidien...je...tu...nous)

«Je congèle mes médicaments...j'en prends un jour sur deux pour les faire durer plus longtemps.»
Témoignage recueilli en Centre de femme.

« J'ai frôlé la dépression à cause de la réforme et de la réorganisation dans mon milieu de travail. Quand les gestionnaire jettent 30 ans de façons de faire et déshumanisent les soins et les rapports de travail au nom de l'efficacité... » Johanne, 65 ans. (Porteur de parole)

«Dans mon logement, je vis de l'insalubrité car avec mes moyens je ne peux pas me payer mieux.»
(Activité: Au quotidien...je...tu...nous)

2. Nos mauvaises conditions de vie détruisent notre santé mentale!

On veut que ça change!