

« Dans les relations familiales ce que je vis c'est...

- Isolement, coupé du monde
- Abandon, itinérance
- Ils ne me parlent plus.
- Perte de mon emploi
- Perte de mes amis»

(Activité: Au quotidien...je...tu...nous)

« Je l'ai déjà dit [avoir un problème de santé mentale] autrefois à deux personnes de mon entourage et cela m'a fait un tort considérable. Juste le fait de leur dire a eu impact négatif et j'ai perdu leur amitié parce que le sujet est tabou et qu'il a trop de préjugés dans la société. »

(Action Autonomie, 2015, témoignage, Recherche Femmes et psychiatrie)

4. On nous isole, on nous exclut à cause de notre différence ou du diagnostic.

Qu'est-ce qui se passe? on veut que ça change!

« LES VOIX QUE J'ENTENDS ME FONT SOUFFRIR 24HEURES PAR JOURS... C'EST DIFFICILE DE RENCONTRER DES GENS, DE NE PAS ÊTRE ISOLÉ. »
ALAIN, 49 ANS.

Porteur de parole: Notre santé mentale est affectée quand...

« La santé mentale touche les personnes sensibles. Les non-dits et le sentiment d'être seul. » Louis, 68 ans.

« Quand le tissu social s'effrite et qu'il n'y a plus de liens entre les gens. » Marie-Claude.

« Chacun souffre dans son coin à cause de l'individualisme. » Elodie, 28 ans.

« Quand on n'a personne avec qui partager le poids des choses », Analice 57 ans

« Par le regard des autres qui jugent » Patricia, 45 ans

« Tu n'es pas considérée, tu n'as rien à faire, tu n'as pas d'aide pour être mieux. C'est la télévision. Je faisais des mots-cachés, il n'y avait rien à faire. »

(Action Autonomie, 2015, témoignage, Recherche Femmes et psychiatrie)