

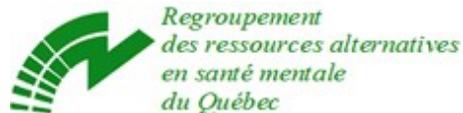


La pandémie et ce qu'elle change



Compte-rendu des animations vécues en 2020-2021

Vivian Labrie



et



Table des matières

Pandémie !	3
1. Ce qui change dans nos vies.....	5
2. Ce qui ne change pas dans nos vies	7
3. Ce qui change dans la société	9
4. Ce qui ne change pas dans la société.....	11
5. Si la pandémie était un objet... ..	13
6. Une crainte pour l’avenir avec la pandémie	15
7. Un espoir pour l’avenir avec la pandémie.....	17
8. À l’avenir, ce serait bien si.....	19
9. Ce qu’on apprend de l’exercice	21
10. et 11. Plus, pas moins, pas plus, moins.....	23
12. Pour bien vivre ensemble dans la société à l’avenir.....	27
Autour de ce compte-rendu	31

Ce document fait partie d’un ensemble de publications reliées au projet «La société et nous». On peut en trouver une copie numérique à la page de ce projet sur le site Internet du Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec : <http://www.rasmq.com/societeetnous/presentation.php> . Cette page est mise à jour périodiquement en fonction de l’évolution du projet. On y trouve l’ensemble du matériel d’animation relatif au présent compte-rendu. On y trouve également une présentation interactive de diapositives en format pdf qui reprend, cette fois sous la forme de notes graphiques, l’ensemble de la compilation présentée en format texte dans le présent compte-rendu. Ces différents formats peuvent à leur tour être utilisés – en tout ou en partie, chaque diapositive étant autonome –, pour déclencher de nouvelles conversations et de nouveaux partages d’expériences à propos de la pandémie et des évolutions à vivre dans la société comme dans nos vies pour bien vivre ensemble.

Le projet «La société et nous», et ces animations, ont été rendus possibles grâce à un soutien financier de l’équipe de recherche ÉRASME.

Pour plus d’informations :

Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec (RRASMQ)
2349, rue de Rouen, 4e étage, Montréal (Québec), H2K 1L8
Téléphone : 514 523-7919 ou 1 877 523-7919
Courriel : rasmq@rasmq.com
Site Internet : <http://www.rasmq.com/>

Pandémie !



Au début de 2020, la planète entière a été bousculée par une pandémie qui a transformé subitement la vie des gens et des sociétés. Quand elle est arrivée au Québec au courant de l'hiver, avec l'équipe du Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec (RRASMQ), nous en étions à mettre au point une série de formations pour faciliter l'animation dans les ressources du regroupement d'une série de jeux à animer sur «La société et nous».

Ces animations prenaient la suite d'une [exploration](#) convaincante qui avait eu lieu quelques années avant dans deux groupes de Québec autour de trois activités à vivre en petit groupe :

1. Bouger, vers quoi, dans la société,
2. Notre expérience de l'[in]égalité,
3. Notre rôle face aux règles du jeu.

Le principe de l'activité était le même pour les trois sujets : d'abord un exercice individuel en huit étapes à partir de petits papiers à déplier porteurs de consignes courtes et inattendues, puis une mise en commun des réponses et de ce qu'on en apprenait, la neuvième étape, enfin un exercice collectif en trois étapes, qui complétait la réflexion en permettant de passer du je au nous sur des enjeux de société reliés au sujet exploré.

La trousse d'animation était prête. Puis le confinement est arrivé. Et s'est prolongé. De semaine en semaine, les possibilités envisagées pour tenir ces activités se sont avérées impraticables : limites aux rencontres en présence, groupes qui ferment, assemblée générale reportée, nécessité pour les groupes de voir au plus pressant, incluant le passage inattendu à la vie en ligne. Bref, le contexte n'était pas à se réunir autour d'une table pour déplier des petits papiers ensemble.

L'été a passé. La question est venue : que faisons-nous ? Le projet avait son importance d'autant plus qu'il offrait de belles occasions aux ressources d'introduire à des enjeux collectifs des personnes peu mobilisées, ou peu attirées par les mobilisations usuelles. Après un été relativement déconfiné, il semblait pensable de pouvoir se reprendre à l'automne et de tenir des rencontres de formation. Ceci permettrait à diverses ressources de former des personnes à animer les activités dans leur groupe en leur donnant l'occasion de vivre elles-mêmes les animations. L'avenir étant incertain, ces formations auraient lieu en ligne. Après réflexion, il semblait possible d'adapter en conséquence la méthode d'animation pour qu'elle puisse d'adapter à une rencontre en présence ou en ligne, quitte à modifier la technique, bien

appréciée, des petits papiers pliés. Ce serait aussi l'occasion de mettre en ligne la trousse d'animation préparée l'année précédente, une bonne chose. Et de concevoir une méthode de retour des réponses par un questionnaire en ligne que les animateur·e·s et les participant·e·s pourraient remplir. Une autre bonne chose. En effet, même si ces animations avaient leur intérêt en soi, l'expérience avait montré qu'on apprenait beaucoup des réponses provenant de ces animations. D'où l'intérêt de pouvoir les compiler et d'essayer de comprendre ce qui pouvait s'en dégager pour alimenter l'action transformatrice des groupes au plan de la justice sociale.

En même temps, après tous ces mois de pandémie et de confinement, il ne semblait pas évident d'aborder de plain-pied les sujets envisagés à la rentrée d'automne alors que la pandémie serait sur toutes les lèvres. D'où l'idée d'ajouter une activité déclencheuse, qui porterait cette fois sur la pandémie, sur le même modèle que les trois activités envisagées. C'est ainsi qu'est née l'activité 0 : La pandémie et ce qu'elle change. Avec l'intention de former peu à peu au cours de l'automne une dizaine de personnes d'autant de ressources à animer à leur tour ces quatre activités dans leur ressource après les avoir vécues elles-mêmes.

Quand le temps est venu ensuite en octobre d'entreprendre ce cycle de formation, le Québec a de nouveau été reconfiné en raison d'une deuxième puis d'une troisième vague de la pandémie. Il a fallu s'adapter à nouveau. À même ces adaptations, entre l'automne 2020 et le printemps 2021, une cinquantaine de réponses ont été recueillies pour l'activité portant sur La pandémie à même les rodages, les formations et les animations vécues dans les ressources impliquées. Leur compilation a permis de réunir un regard collectif inédit sur ce temps pandémique. Il en ressort, toutes contributions confondues, soit des personnes fréquentant les ressources, des intervenant·e·s, quelques administrateur·e·s, une partie de l'équipe du RRASMQ, une sorte d'écho d'un grand dérangement porteur de questions et d'aspirations fondamentales sur la société dans laquelle on veut vivre.

Voici ce qu'on en apprend.

1. Ce qui change dans nos vies



«**Ma vie sociale !**» Sans surprise, c'est ce cri du cœur qui ressort comme changement principal, associé de privations qui ont fait mal : les «contacts sociaux réduits» ont affecté les «relations aux autres». C'est «autant professionnel que personnel». «Vivre sans interactions sociales», avec «moins de contact humain», a affecté «la sociabilité», «la socialisation». Les réponses rappellent qu'être en relation tel que nous l'avons appris, c'est beaucoup «se voir» :

- «Je ne vois plus vraiment les gens que j'aime.»
- «Ne plus voir d'ami-es.»
- «Je ne vois plus mes amis assez souvent.»
- «Je ne vois pas mes ami.e.s et mes proches aussi souvent.»
- «Je vois beaucoup moins mes enfants.»

Avec le virus, il a fallu «éviter au maximum les contacts humains» et se tenir à «distance». «Plus de visite». Or les contacts humains, c'est essentiel. Cette médecine a été dure à avaler : «Il n'y a plus d'étreintes, nous devons garder les distances, il n'y a plus de contacts humains et ce n'est pas bon». Il a fallu modifier sa «proximité aux autres» et s'occuper de «la gestion de la distanciation avec les autres personnes».

Un autre mot clé est le mot «activité». Notre vie sociale passe beaucoup par des activités. Cette façon d'être ensemble et de prendre soin de soi s'est retrouvée tout à coup interpellée et elle a rencontré des limites imprévues, sous le mode de la restriction :

- «Plus restreint dans mes activités sociales.»
- «Activités extérieures restreintes.»

«Ma cessation d'activités socioculturelles.»
«Mes activités sont presque toutes annulées ou sont devenues sur zoom.»
«Ne plus pouvoir aller voir de spectacle de musique.»
«Je me sens aussi limitée à faire certaines activités qui en temps normal m'apportent beaucoup de joie.»

Cette restriction a été vécue au présent, «je ne danse plus beaucoup», et au futur, comme une appréhension : «J'ai peur d'avoir de la difficulté à reprendre la cuisine à Projet PAL».

Dans ce nouveau rapport à l'espace, la «maison» a pris beaucoup d'importance aux dépens de l'«extérieur» :

«Être plus à la maison.»
«Plus souvent à la maison.»
«Toujours à la maison.»

Le «plaisir de circuler» en a pris un coup :

«Je sors moins à l'extérieur.»
«Les événements sociaux à l'extérieur n'existent plus et les rassemblements non plus.»

Une des conséquences, l'«isolement, accompagné de peur», était prévisible et elle s'est exprimée, accompagnée d'inquiétude pour ses proches :

«Plus d'isolement.»
«Plus d'anxiété et de stress.»
«J'ai été infectée par la COVID et j'étais isolée pendant 2 semaines, pour la sécurité de tous mes amis et les personnes qui habitent dans le même immeuble que moi. Maintenant je suis bien.»
«Je suis davantage inquiète de la santé de ceux qui m'entourent.»
«Je suis habitée par une peur de contaminer ma mère...»

Dans les maisons, «la place du téléphone», des ordinateurs et des tablettes a évolué. Il s'est ouvert de nouvelles fenêtres, impensables quelques mois auparavant, qui ont remplacé beaucoup «de contacts en réalité» par «du virtuel», comme la «possibilité de travailler à la maison», et des «cours universitaires uniquement à distance», incluant le risque d'une «concentration et motivation proches de zéro avec des cours dans un tel format». Le tout modifiant «mon quotidien avec ma famille», «mon sommeil» et le rapport au temps et à de nouvelles proximités :

«Mon avenir.»
«Je prends ma retraite.»
«Plus de temps pour me recentrer sur les choses importantes pour moi.»
«Je suis plus proche de Dieu.»

Certains changements n'auront eu qu'un temps. D'autres laissent voir des conséquences heureuses. D'autres encore restent à résoudre.

«Mes responsabilités dans l'immeuble où je demeure ont été suspendues pour quelques temps.»
«J'ai appris à m'adapter positivement.»
«Je suis enfermé dans ma résidence depuis, et je ne prends plus l'autobus et le métro. J'ai peur d'avoir de la difficulté à reprendre la cuisine à Projet PAL, je ne communique pas beaucoup, je sens que je suis triste.»

2. Ce qui ne change pas dans nos vies



Le «travail», la «vie familiale», la «routine». Pour plusieurs, c'est ce qui ne change pas dans leur vie, même si beaucoup de choses ont bougé autour.

Ce peut être le cas pour le «travail à l'ordinateur», quand «le travail reste le même grâce à la technologie», ou pour un «stage» qui s'est poursuivi.

- «Je conserve mon travail, le contact avec mes collègues, mon milieu de vie.»
- «Je peux aller au travail sans trop de mesures sanitaires.»
- «Je travaille fort!»

Pour la «vie familiale», ce peut être le cas pour «la vie de couple», la «vie à la maison» et le temps qu'on y passe, autant, voire plus. Parfois, ça ne change pas parce que la transition vers la maison avait eu lieu avant.

- «Du temps avec ma petite famille.»
- «Je ne suis pas privée d'avoir des contacts physiques avec des personnes que j'aime, mes enfants et mon chum.»
- «Je passe beaucoup de temps avec mes enfants.»
- «Je garde davantage contact avec ma famille et mes amis.»
- «Vu que je suis une nouvelle maman, je restais chez moi quand même mais, de savoir que c'est interdit d'aller en quelque part, le fait d'être impuissant c'est contraignant!»

Le «désir de communications» est resté et la situation peut ne pas avoir affecté les «communications avec famille et ami-e-s».

«L'amour qu'y a entre les personnes, les liens sont encore présents.»
«Je garde le même respect pour les gens autour de moi.»

La «routine» est de l'ordre de ce qui «reste pareil», avec ses bienfaits et ses difficultés. Cela comprend les sorties de proximité, visiblement importantes, tout comme le fait de ne pas «sortir après 20 heures». Et certaines habitudes de vie qu'on pourrait vouloir changer, comme le «manque d'exercice». Voire le «sommeil», qui reste tel que tel.

«Mes routines (dormir, manger, méditation) me font du bien.»
«La platitude de mon quotidien, les nécessités pour survivre et s'entretenir mentalement et physiquement.»
«Mes sorties n'ont pas changé, je vais toujours au dépanneur autant.»
«Faire mes commissions, aller faire l'épicerie ou aller à la pharmacie.»
«Continuer de faire l'épicerie, mais avec un masque.»
«Je ne sors pas assez (manque d'activité physique).»

De même la vie seule n'est pas nécessairement une nouveauté. On pouvait déjà ne pas vivre «vraiment d'isolement» ou se sentir «loin du monde».

«Je vis seule.»
«Je continue de passer du temps avec moi-même, et comme je vivais déjà souvent de la solitude, ça n'a pas changé.»

Dans ce contexte, la fréquentation d'une ressource s'est avéré un facteur de stabilité important. Cet aspect a été mentionné plus d'une fois lors d'une animation avec le groupe PAL.

«Ma connexion avec PAL et avec d'autres groupes n'a pas changé, grâce à Zoom.»
«J'ai encore Dieu et le support de Projet PAL et de Sous le Toit de PAL, où je demeure.»

Certains ancrages, certaines dispositions, certaines aspirations restent là et fournissent des points d'appui et d'«espoir».

«Mon sentiment d'identité (valeurs, posture).»
«Mes valeurs fondamentales.»
«J'ai gardé mon attitude positive.»
«Le fait de rester positive et de garder espoir dans l'avenir.»
«Mon humeur.»
«Je suis en très bonne santé mentale.»
«Vouloir m'impliquer davantage [en] santé mentale.»

Et la «gratitude d'être en vie» peut prendre des formes très concrètes... et savoureuses !

«J'aime toujours le chocolat !»

3. Ce qui change dans la société



«On ressent, plus que jamais, à quel point on est interconnecté·e-s et interdépendant·e-s, et que chaque geste peut faire une différence sur la situation sanitaire commune. Par exemple : tu vas au karaoke, et paf, 80 cas de COVID, et les infirmières sont soudainement en surtâche...»

«Il y a beaucoup de peur des autres, d'intolérance, d'incertitude face à l'avenir, de perte de liberté, de pertes d'être chers. Il y a aussi un plus fort sentiment de notre interdépendance les uns aux autres.»

Dans la société aussi, «le rythme» a changé. Les réponses recueillies montrent à quel point ce qui change dans nos vies est lié à ce qui change dans la société. Ce n'est pas si distinct que ça. «Les relations à l'autre», «les relations humaines» qui changent, c'est dans la société que ça se vit.

«Les relations sociales changent, les visites, la socialisation, les rencontres face à face n'existent presque plus.»

Les questions de vie et de mort ont pris une place inattendue. Avec à la clé la capacité du système de santé, et de la société en général d'y faire face.

«Y a plus de décès dans les CHSLD.»

«Le système public de santé est débordé, ça a beaucoup changé dans les hôpitaux.»

«Moins de confiance envers la capacité du système, du réseau de la santé.»

Devant les risques de contagion, il a fallu faire face à de nouveaux «règlements stricts», et à une variété de réactions à la situation, de la «panique globale», à «la peur de se rapprocher des autres personnes», à un nouveau «sentiment d'unité, comme avec le slogan ça va bien aller».

Les nouvelles règles de «distanciation sociale» et de protection sanitaire ont modifié le rapport collectif à la «proximité», aux «rassemblement» et aux contacts.

- «Marcher à 2 mètres de distance et mettre un masque, se mettre du purl.»
- «Moins de lieux /opportunités pour être ensemble.»
- «Moins de grands évènements extérieurs, de sorties.»
- «Incapable de tisser de nouveaux liens et de jaser avec de nouvelles personnes.»

La «technologie a beaucoup aidé» et facilité la vie sociale dans certains cas.

- «Ma famille et moi sommes devenus plus proches les uns des autres en faisant des interurbains gratuitement via l'Internet. Nous sommes plus proches que jamais même si ma famille habite très loin.»

En fait bien des choses ont changé dans la vie collective. La «consommation» et «la façon de faire du magasinage [qui] est devenue différente». Les «certitudes». Les «libertés individuelles» auxquelles la situation a porté «atteinte» ou qu'elle a amené à apprécier.

- «Les gens sont devenus plus matures, ils apprécient la liberté.»

Les réponses recueillies témoignent de «l'augmentation de l'insécurité» et de la gamme d'émotions qui ont été mobilisées.

De la «peur» à la «détresse», qui s'internalise et s'externalise.

- «La peur des virus qui amène le monde à apporter des gestes non réfléchis et mesquins.»
- «Les gens sont plus méfiants et ont plus peur, il y a une distanciation intérieure qui s'installe.»
- «Beaucoup plus de stress chez tout le monde.»
- «Les gens plus stressés et plus irritables.»
- «Plus de détresse psychologique.»
- «Une détresse collective.»

De la «patience des individus» aux «plaintes soutenues de personnes impatientes».

Du chacun pour soi à une «entraide» accrue.

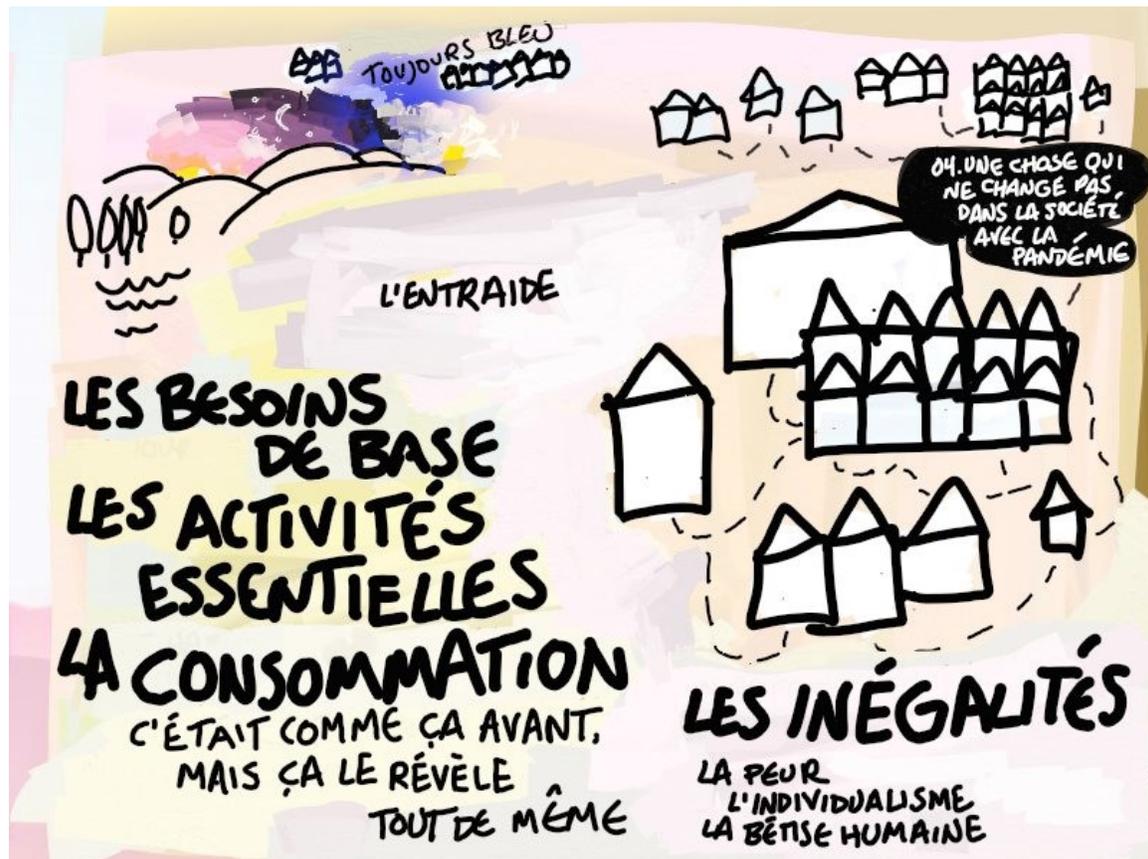
- «Les gens portés rapidement à dénoncer son prochain.»
- «Moins de partage en réalité.»
- «Pour certaines une absence évidente de solidarité avec la collectivité.»
- «L'obligation d'une solidarité sociale pour vaincre la pandémie»
- «Les rapprochements avec de parfaits inconnus ou l'aide plus grande à autrui.»

Tout ceci nous ramène à l'expérience de «pertes» mentionnée au début de cette section. Beaucoup de ce qui a été exprimé en réponse à cette question ressemble à l'expérience d'un deuil. Nous sommes habitués à considérer le deuil comme une expérience personnelle. Avec plus de 11 000 décès au Québec, la pandémie comporte certainement une dimension de deuil collectif.

Chose certaine, les façons de vivre ensemble ont été bousculées et les «valeurs» ont été sondées.

Dans les réponses recueillies on s'inquiète aussi car «beaucoup de personnes ont perdu leur emploi et se retrouvent sur l'aide sociale». On craint «plus de pauvreté», et des «inégalités sociales sont encore plus creusées, en lien avec le risque sanitaire». Et la question du «climat» est toujours là.

4. Ce qui ne change pas dans la société



«Une journée à la fois, tout change sauf le coucher et le lever du soleil.» Sauf «le ciel [...] toujours bleu» derrière les nuages. Sauf «le besoin de se nourrir», mentionné plus d'une fois.

Les «besoins de base», soit «se nourrir, se loger, s'habiller...» ne changent pas. Le «besoin d'être avec d'autres personnes» non plus : «On a besoin de contact humain». Et donc de maintenir des «activités essentielles».

D'où l'importance des activités de proximité, beaucoup mentionnées, qui ressemblent un peu au et dans «La société et nous».

- «Les habitudes de la vie quotidienne des gens, comme le lavage, le magasinage.»
- «La place importante des commerces et du magasinage dans la vie des gens.»
- «La routine du magasinage.»
- «On fait encore l'épicerie et on peut prendre des marches.»
- «La routine ne change pas au quotidien: magasiner, marcher dans les parcs, nos habitudes.»
- «Sortir dehors n'a pas changé. Voir une personne, avoir un visiteur n'a pas changé.»

«Je continue de mettre mon maquillage, de bien m`habiller et de garder une bonne apparence.»

Voilà tout un monde d`habitude et de rythmes entre la société et nous. Entre dedans et dehors. Ça a tenu. Ou c`est revenu, encouragé par le système socio-économique ambiant.

«Le désir de dépenser, d'atteindre le luxe et la plénitude.»

«Nos habitudes de vie face à la protection de l'environnement et de consommation, malheureusement on y est revenu.»

«Le capitalisme sauvage»

«Capitalisme et consumérisme. Nous sommes toujours encouragés à acheter, acheter et acheter encore des trucs même si on a perdu notre emploi. Consommer des choses et acheter pour se sentir en sécurité.»

En un sens, la pandémie agit comme un révélateur de ce qui était déjà là.

«C'était comme ça avant, mais ça le révèle : nos réseaux de santé et d'éducation peinent à offrir des conditions de travail décentes à leurs employé·e·s, et peinent à offrir des services de qualité pour tous et toutes. Bref, le sous-financement est rendu visible aujourd'hui par le manque de personnel et l'épuisement de ceux qui restent.»

Elle rappelle «le travail et les obligations de chaque jour», qui sont restés, et «la nécessité de se coordonner pour un meilleur fonctionnement».

Les enjeux de systèmes restent présents avec leurs possibles, leurs règles et leurs dérives, avec les tensions et les a priori qui préexistaient et polarisent les débats.

«On peut tout de même consulter notre médecin, les consultations se font au téléphone.»

«La technologie informatique est disponible.»

«La désinformation, l'abus. Même que ça l'augmente.»

«Le non-respect des lois et des consignes.»

«Blâmer les gouvernements pour tout et pour rien.»

«La recherche de profit et de sauver l'économie coûte que coûte.»

«Les mensonges des politiciens.»

«La polarisation des valeurs et jugements.»

«Le racisme systémique.»

Et les «inégalités», mentionnées quatre fois plutôt qu'une, restent.

Divers traits de la trame humaine, eux aussi soulignés plus d'une fois, continuent de s'entremêler : «la peur», dont celle «de l'inconnu», «l'individualisme» qui est le lot de «trop de gens». Et si la «bêtise humaine» continue d'exister, «les gens s'entraident encore beaucoup». Une personne évoque également que «nous avons encore Dieu, qui nous aide à nous sentir plus fort·e·s et on s'entraide les un·e·s les autres».

5. Si la pandémie était un objet...



Pas simple de décrire un phénomène aussi multidimensionnel et complexe qu'une pandémie et l'effet que ça nous fait. Le détour proposé, soit de la comparer à un objet et de dire pourquoi, s'est avéré imagitatif, instructif et porteur de sens. Les réponses recueillies, pleines d'humour, sont vite devenues le clou de l'exercice, le moment qui nous a fait rire et sourire, qui a éveillé la curiosité, procuré une joyeuse détente, la partie de l'exercice qu'on voudrait conter à d'autres.

Les voici, simplement regroupées sous un angle ou l'autre dans leur poésie révélatrice.

Si la pandémie était un objet, ce serait...

- ... une invasion de mouches à fruits, parce qu'elle s'étend et est difficile à contrôler.
- ... les Canadiens (l'équipe de hockey), parce qu'elle est imprévisible.
- ... une pendule, parce que la pandémie change le rapport au temps qui passe.
- ... un cadran réveil, parce qu'on snooze à chaque fois.
- ... clairement pas un arc-en-ciel, mais un tas de caca mou, parce que ça en brasse de la marde et ça laisse encore plus de place à l'abus.
- ... de la boue, parce qu'elle coule et colle sur tout ce qu'elle touche et qu'elle nous ralentit.
- ... un frein qui colle, parce que ça ralentit.
- ... un orage, parce que ça peut frapper fort chez certaines personnes.
- ... un ouragan, car cela cause beaucoup de dégâts.
- ... un mécanisme qui n'a pas de manuel d'utilisation.
- ... un casse-tête.
- ... un cube Rubik, parce que c'est compliqué, il faut le résoudre.

... une tache, car on essaye de trouver des moyens pour enlever la tache.

... un toutou, parce que ça me donne des raisons de plus pour prendre soin de moi, augmentation du revenu.

... une bulle de savon, car elle se propage partout.

... une balle, parce qu'elle rebondit partout.

... une boule de feu, parce que c'est dangereux, ça se répand partout et brûle tout ce que ça touche.

... un ballon de soccer, parce que je pourrais le botter loin, et le faire exploser.

... une pomme que je mangerais et je savourerais, parce qu'une fois que j'aurais digéré la pomme, ce serait terminé, la pandémie.

... une loupe, parce que ça agrandit, augmente tout ce qui était là avant.

... un ver d'oreille, parce que ça rentre s'en sans rendre compte et en le fredonnant on le passe à nos proches.

... je transformerais la pandémie en musique.

... le silence, parce que tout était en suspens et je garde ce souvenir.

... une boîte de Pandore, parce qu'on ne sait jamais ce qui s'en vient...

... une boîte de Pandora, parce que plusieurs de nos peurs/anxiétés ont été libérées et sont plus visibles/accessibles.

... une prison, parce que je me sens en prison.

... une barrière, parce que ça réfrène notre liberté .

... un masque, parce que tout le monde en porte, les gens ne sont pas tous sympathiques, parce que c'est une mascarade.

... un gros monstre vert, parce que c'est méchant et ça tue des gens.

... un animal menaçant, parce qu'il fait peur.

... Satan, car il venu pour tuer et détruire tel que mentionné dans la Bible. C'est un voleur.

... une masse, parce que ça [fait] mal.

... une arme, pour faire du mal à autrui.

... une hache, parce qu'elle coupe tout et tout le monde. Elle est sans pitié.

... un boomerang.

... une arme de destruction mineure.

... une bombe puante, parce qu'il faut faire très attention, car la situation est imprévisible.

... une bombe nucléaire, car elle a atteint le monde entier.

... une bombe, parce qu'elle détruit notre tissu social et affaiblit les services de santé mentale.

... la corde au cou, parce que plus ça va, plus on faiblit, plus on s'en fout de tout, plus on est proche de l'asphyxie.

... un mélangeur (blender), parce que ça coupe, détruit, et accélère ce qui était déjà présent.

... un bulldozer, parce qu'il défonce tout sur son passage.

... un robot, parce que c'est très mécanique, et le vaccin est comme une potion magique.

... un ordinateur qui fonctionne mal, parce que c'est ennuyant de travailler avec, fatiguant, il y a de fausses informations sur l'écran et ça ralentit tout.

6. Une crainte pour l'avenir avec la pandémie



La répétition du scénario. On l'a assez dit et on le voit dans les réponses, la pandémie a provoqué de nouvelles peurs. Parmi les plus importantes, celle «de ne pas [en] finir avec [elle]», avec une «prolongation indéterminée».

- «Que le virus reste.»
- «Qu'il y ait d'autres pandémies.»
- «Les mesures et que le confinement restent présents.»
- «Et si c'était seulement la première d'une série?»
- «Que cela revienne à tout moment comme la grippe.»

On craint «que le vaccin ne fonctionne pas et qu'on soit tous infecté·e·s».

- «Plus de gens gravement atteints.»
- «Plus de morts. Les gens meurent beaucoup et rapidement.»

On craint «les répercussions à court et long terme sur les personnes».

- «La santé mentale des gens et la pathologisation de leurs réactions.»
- «Que les enfants qui ont perdu de la socialisation deviennent des adultes inadapté·e·s.»
- «Des vagues de suicides.»
- «La vie est déjà difficile pour se nourrir. J'ai peur pour ce qui s'en vient.»
- «L'insensibilité face aux plus vulnérables.»
- «[...] que ça accentue les inégalités à l'échelle du globe.»
- «Le comportement des gens va changer pour longtemps, moins chaleureux.»

En somme, on craint des «pertes», dont la «perte de l'esprit d'entraide», ce qui prend une forme plus ou moins diffuse de la peur.

- «Que le monde cultive la peur, qu'on s'éloigne les uns des autres.»
- «Que les gens aient encore plus peur de l'autre.»

On craint les impacts sur «le système de santé», sur l'économie.

- «Les problèmes dans le système de santé.»
- «Que le système de santé casse.»
- «L'épuisement de plusieurs secteurs gouvernementaux, plus particulièrement le système de santé.»
- «Une grosse crise économique.»

On craint que la pandémie fasse perdre de vue «la crise climatique».

- «Que la crise sanitaire prenne un surplus d'énergie mentale et d'efforts concrets que nous devrions porter dès maintenant vers la crise écologique... bref, qu'elle nous fasse perdre un temps précieux face à la Terre. »
- «Que la crise climatique soit accentuée par notre manière de s'adapter à la pandémie.»

Signe que la crise a été l'occasion de réfléchir, la peur «que les choses ne reviennent plus comme avant et que l'isolement demeure» se double d'une peur «que ça va être comme d'habitude».

- «Que tout revienne comme avant, que l'on ait oublié ce qu'on a compris.»

Plusieurs craintes sont reliées à des restrictions qui pourraient rester quant aux droits de circuler sur le territoire ou au-delà de ses frontières.

- «Contrôle social accru.»
- «Que les droits des personnes soit bafoués.»
- «Qu'on ne puisse pas faire ce qu'on veut.»
- «Que les frontières demeurent durcies, fermées.»
- «Plus de frontières entre les pays.»
- «Qu'il n'y ait plus la possibilité de voyager, que je ne puisse aller voir ma famille à l'extérieur du Canada.»
- «Ne jamais être autorisée à voyager et à se rassembler.»

Malgré la question posée, d'autres réponses se tiennent résolument du côté de l'espoir.

- «Pour l'instant, aucune peur.»
- «J'ai confiance, notamment en la compagnie Pfizer, je n'ai pas peur parce que les médicaments et vaccin arrivent et tout le monde va être vacciné. Et j'espère que chacun va être guéri avec le vaccin.»

7. Un espoir pour l'avenir avec la pandémie



«Pouvoir reprendre une vie normale. Retour[...] sur le marché du travail des personnes qui ont perdu leurs emplois. Devenir forts et être ensemble. Si les gens s'entraident encore plus face à la pandémie à l'avenir.» Cette réponse résume assez bien quatre morceaux complémentaires des espoirs exprimés.

Une partie des réponses tourne autour de l'espoir «que ça se termine bientôt», et qu'une solution se présente, laquelle s'est concentrée en cours d'année sur le «vaccin» et une meilleure préparation à l'avenir. Autrement dit, pouvoir revenir à une certaine normalité.

«Que tous cesse... qu'on revienne comme avant.»

«Que ça finisse bientôt!»

«Que le virus part et ne revient plus.»

«Trouver un médicament qui guérit les gens.»

«La collaboration internationale des scientifiques pour la découverte d'un vaccin.»

«Un vaccin.»

«Il y aura un vaccin.»

«Avoir de meilleures mesures hygiéniques partout et un plan d'urgence dans l'avenir.»

«D'avoir des injections prêtes, testées et étudiées sur les animaux pour de futures infections, qui peuvent venir de la chauve-souris par exemple.»

«De pouvoir nous rencontrer face à face sans aucune restriction comme avant et de revenir à la vie normale.»

«Ne plus utiliser les masques. On revient à la vie normale.»

Ce «comme avant», on l'espère en mieux. Une autre partie des réponses tourne autour de réorganisations collectives permettant une «meilleure façon de vivre» ensemble. Ce qui suppose des prises de conscience et des gestes concrets dans le sens d'une plus grande justice sociale qui vont au-delà d'une dimension purement pharmaceutique de la santé.

«Que l'on s'aperçoive de nos erreurs.»

«Que les adaptations nécessaires nous portent à être une société meilleure.»

«Prise de conscience de l'importance de la vie et de l'importance de faire attention à la planète.»

«Une prise de conscience des changements systémiques à faire pour prévenir et garder notre monde en santé : changement dans nos habitudes alimentaires, traitement des animaux, etc.»

«Que les gens réalisent que les compagnies pharmaceutiques manipulent le gouvernement.»

«J'espère que nous apprendrons et que nous serons plus respectueux de notre environnement et de nos démunis.»

«Meilleure organisation des services.»

«Que l'on réorganise la société avec plus d'équité et justice.»

«Plus d'équité sociale.»

«Que les travailleurs puissent avoir des congés maladies payés, quand ils sont malades.»

«Qu'un revenu minimal garanti soit mis en place.»

Cette réorganisation au plan collectif en mieux va de pair avec des réorganisations en mieux dans nos vies individuelles. Une partie des espoirs porte sur cette force renouvelée du «nous» qui va sans doute avec l'espoir de «penser plus à la santé mentale».

«Se recentrer sur ce qui a vraiment de la valeur (relation humaine, contact avec la nature, prendre du temps pour soi) »

«Certaines personnes vont être plus conscientes de la présence humaine.»

«Un espoir pour l'avenir avec la pandémie c'est d'apprendre à persévérer et garder espoir.»

«La résilience des enfants.»

«D'apprécier les moments de contact d'humain en humain. Mettre de côté la technologie.»

«Que les gens aient appris à ralentir.»

«Que nous apprenions à profiter de la vie.»

«Reconnaître le bon travail des professionnel-le-s de la santé.»

«Un peu moins de nombrilisme et plus de considération pour la collectivité.»

«On est encore ensemble.»

Si la pandémie a pu être comparée à une boîte de Pandore dont s'échappent tous les maux du monde, d'autres espoirs rappellent à leur façon l'émeraude précieuse qui se trouvait au fond de la boîte dans cette histoire, une fois les maux envolés, et qui peut donner son sens au «ça va bien aller» qui s'est trouvé à bien des fenêtres au début de la pandémie.

«La créativité»

«Que cette expérience collective nous donne une idée de ce qu'on peut accomplir ensemble quand on se serre les coudes.»

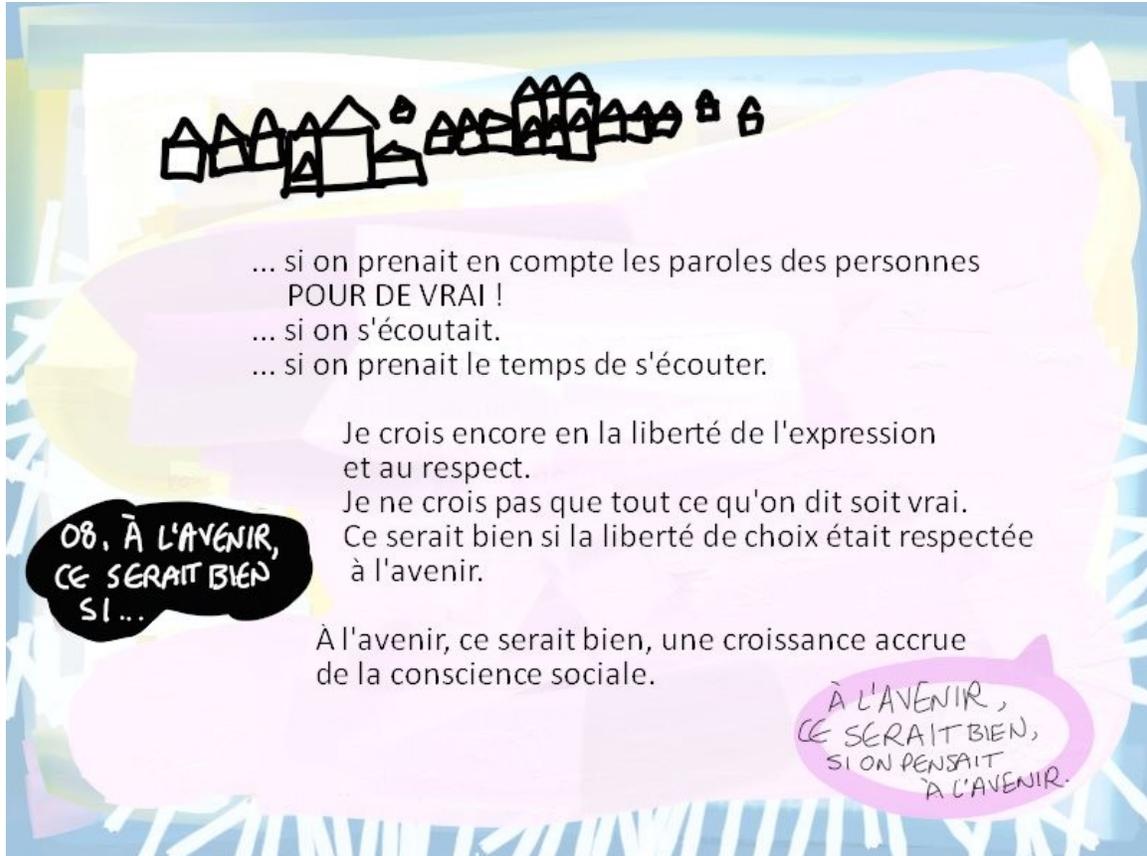
«La croyance [en la] solidarité.»

«Changement social [vers] plus de solidarité.»
«S'entraider et plus sensibles aux autres.»

Ceci dit l'espoir n'est ni une évidence, ni une obligation, comme le rappelle cette dernière réponse.

«Aucun ne me vient à l'esprit.»

8. À l'avenir, ce serait bien si...



La partie individuelle de cette activité se terminait par une phrase à compléter. Mises ensemble, les phrases recueillies forment un plaidoyer, qui déborde largement le contexte de la pandémie, pour une vie collective où la prévoyance prend les teintes d'une transition juste dans son équilibre entre démocratie, économie, santé mentale et environnement, et où on cultive une civilité intelligente, respectueuse, à l'écoute, et inclusive de tout le monde.

À l'avenir, ce serait bien...

... s'il n'y avait plus de confinement.
... si on pourrait revoir la famille et amis.
... si on pourrait ne plus porter des masques et revenir à la vie normale. Et aussi si on prend nos précautions pour être en sécurité et nous protéger.
... si on apprenait à être prévoyant avec les recommandations des scientifiques et experts de terrain (en santé, en environnement, etc.) et pas d'attendre que les problèmes arrivent pour réagir.

... si les gouvernements pouvaient être plus vigilants. S'ils avaient été plus rapides en recommandant les masques, on aurait pu éviter beaucoup de morts.

... si les gouvernements prenaient en considération les leçons tirées pendant la pandémie.

... si on apprenait des conséquences de la pandémie et on ferait des actions pour les régler!

... que le vaccin soit déjà prêt, avant qu'il y ait des morts.

Ce serait bien...

... si le gouvernement nous disait davantage la vérité, utilisait des moyens réels pour en venir à bout de la pandémie et mettait plus de choses en place pour éviter l'épuisement collectif en santé mentale.

... si la santé mentale des gens serait prise en considération.

... que le gouvernement soit investi plus dans la santé mentale des gens.

... que nos priorités économiques changeaient

... si on apprenait à prendre son temps et que tout n'est pas seulement profits et pertes.

... si nous étions plus conscients de l'environnement

... si nous arrêtons de consommer autant et que nous nous tournions plus vers ce qui est essentiel.

... si on mangeait moins de viande

... s'il y avait moins de déchets toxiques, pour préserver la planète.

... si les décisions prises seraient toujours orientées dans une philosophie de développement durable et de société équitable

... plus de collaboration internationale, se parler d'un pays à l'autre.

Ce serait bien...

... si on n'avait pas besoin d'ordres gouvernementaux, de menaces, de sanctions, pour se respecter les un-e-s les autres.

... si on tenait compte de la solidarité pour chacun et chacune dans la société.

... si tout le monde va dans la même direction.

... si on valorisait et payait correctement le monde qui prennent soin et nourrissent les autres (main d'oeuvre agricole, préposé-e-s, etc.).

... si on aurait plus d'espaces collectifs, plus d'entraide, plus de partage.

... si on s'unissait.

... si on conservait un souci de ne pas laisser personne derrière, de prendre soin de tout notre monde.

... si on pensait aux plus vulnérables et on posait des gestes pour toute la communauté

... si nous étions plus solidaires.

... s'il y avait plus de solidarité dans le monde.

... s'il y avait plus d'égalité...

... de reconnaissance ...

... d'entraide.

... si on prenait en compte les paroles des personnes, POUR DE VRAI !

... si on s'écoutait.

... si on prenait le temps de s'écouter.

Je crois encore en la liberté de l'expression et au respect. Je ne crois pas que tout ce qu'on dit soit vrai. Ce serait bien si la liberté de choix était respectée à l'avenir.

À l'avenir, ce serait bien, une croissance accrue de la conscience sociale.

À l'avenir, ce serait bien si on pensait à l'avenir.

9. Ce qu'on apprend de l'exercice



Quand cette activité était tenue en groupe, ce qui a été le cas la plupart du temps, l'exercice individuel en huit étapes dont on vient de détailler les réponses était suivi d'un moment où ces réponses étaient mises en commun, ce qui suscitait beaucoup d'intérêt. Lors de l'étape 9, qui suivait, les participant·e·s se partageaient ce qu'ils et elles apprenaient de l'exercice. Dans le cas où il s'est agi d'une collecte de réponses individuelles, ce retour a plutôt été l'occasion d'un retour sur ses propres réponses. Voici ce qui se dégage de ces observations si on les regroupe toutes dans une sorte de texte suivi sans ajout autre que quelques mots de liaison ici et là, comme si chaque commentaire était un morceau d'un même puzzle. Il en résulte une analyse pour le moins parlante.

Ce qu'on apprend de l'exercice

Le fait d'aborder la pandémie sous une nouvelle forme.

Le fait qu'on est tous et toutes dans le même bateau, dans la même réalité. Les réponses des participants se ressemblent. [Il y a] plusieurs réponses communes. On marque assez les mêmes choses.

Il y a un partage de vécu commun qui touche à notre intimité et à une vision globale de la société que le groupe partage. Le besoin, partout c'est palpable, de communiquer ce que les gens vivent, le besoin d'aider.

On a vécu un bouleversement global et personnel. La fragilité de ce monde nous a apparus. Nous avons découvert ce que c'est que de vivre avec de nombreuses incertitudes.

[On voit] que la situation est lourde et qu'il est difficile de voir les choses qui n'ont PAS changé à travers cette tragédie. On ne souhaite pas un retour à la société telle qu'elle était avant la pandémie car, notamment, elle manquait de justice sociale. Ça montre qu'on est conscient·e·s des répercussions.

On note qu'il y aurait eu une évolution dans les réponses dépendant en fonction du moment de l'épidémie et en fonction de l'intensité des émotions ressenties. Que la pandémie change finalement beaucoup de choses et peu à la fois. Que le gouvernement met des restrictions pour le bien de l'aplatissement de la courbe, mais pas pour le plus grand bien de tous. [Que] ça ne va pas forcément bien aller. [Que] c'est un peu difficile de répondre à ces questions aujourd'hui. Peut-être que c'est le fait de s'extérioriser de la situation actuelle qui n'est pas facile. Qu'on peut encore rire même dans ces conditions, [alors] qu'on est encore dans la pandémie [Sourire]. Qu'il y a de l'espoir.

Et en écho sur un ton plus personnel...

... Je vis donc ben de l'anxiété!

... Ça reflète mes besoins criants.

... Je crois être résiliente même si parfois j'ai des bas par rapport aux nouvelles.

... Je suis plutôt optimiste sur l'être humain mais pas tant sur les dirigeants.

... [J'observe] que les gens me manquent, j'ai besoin de socialiser avec d'autres.

... ❤️

10. et 11. Plus, pas moins, pas plus, moins



Une fois ce retour sur exercice complété, à la suite de ces partages, les participant·e·s étaient invité·e·s à réfléchir, ensemble dans les animations de groupes, individuellement dans la collecte de réponses individuelles, à une chose qui devrait croître/ne pas croître, décroître/ne pas décroître dans la société.

L'idée ici était de relier l'expérience de ce qui avait bougé ou pas pendant la pandémie aux réflexions ambiantes sur la croissance et la décroissance. Il est souvent question de croissance et de décroissance dans l'actualité médiatique, en lien avec l'économie ou avec la crise climatique. La pandémie a installé d'autres curseurs vers toutes sortes de plus et de moins comme l'exercice a pu le montrer. Alors peut-être faut-il des plus, des moins, des pas plus et des pas moins que pour vivre ensemble des transitions qui soient justes par rapport à ce qui est en crise dans nos sociétés et dans nos environnements.

L'exercice s'est avéré un peu ardu, et a parfois donné une impression de répétition, certaines mentions se retrouvant parfois dans plus d'une case, à l'endroit comme à l'envers. C'était un peu voulu, histoire de triturer cette histoire de croissance.

Voici, dans un tableau, ce que ça a donné.

Disons que cette fois, la pandémie cède le pas à une urgence environnementale, sociale, humaine particulièrement cohérente dans ses exigences.

Plus

Ce qui doit croître



Environnement

/Conscience de/
Respect de/
Développement durable/Vert tendre plutôt que tendre vers/
Végétarisme/Local/
Connexion à la nature

Entraide

Souci des autres

/Prise en compte des exclus

Solidarité

/Partage/
Conscience de l'interdépendance/

Amour/Empathie/
Gentillesse

Revenu décent pour tous-projets de société-opportunités d'appartenance

Esprit d'accueil

Respect

Éducation

Intelligence

Proaction dans les changements à apporter

Adaptabilité à la technologie

Pas moins

Ce qui ne doit pas décroître

Entraide

Collaboration/
Bénévolat

Solidarité/Partage
/ Générosité

Amour / de l'entourage/entre humains/Bienveillance/
Empathie

Aide financière du gouvernement envers les personnes vulnérables (devrait augmenter même)

Éducation

Pas plus

Ce qui ne doit pas croître

Moins

Ce qui doit décroître

	<p>Connexion humaine/Liens familiaux/Contacts avec des personnes/ Besoin des autres/Ouverture à aller vers les autres</p> <p>Soins de santé/Soutien au personnel soignant/Protections sanitaires</p> <p>Préoccupation zéro déchets</p> <p>Transport collectif</p> <p>Conscience sociale</p> <p>Droits des personnes</p> <p>Engagement de beaucoup de gens pour une société meilleure</p> <p>Diversité</p> <p>Expression humaine</p> <p>Courage (et colère)</p> <p>Motivation à s'adapter aux circonstances</p>		
		<p>Pandémie</p> <p>Rythme de vie</p> <p>Croissance économique</p> <p>Dureté de la vie</p> <p>Abus</p> <p>Pathologisation</p> <p>Déconnexion de nous-mêmes et de la nature</p> <p>Théories du complot</p> <p>Isolement</p>	<p>Intolérance</p> <p>Anxiété</p>

Irresponsabilité
citoyenne

Injustice/Iniquités

Peur/de l'autre

Prix des loyers

Indifférence

Inégalités/

Gros poissons-riches/
Pauvreté

Violence/

Agressivité/Haine/
Oppression

Consommation

Chacun pour

soi/égoïsme/
individualisme

Manque de sens citoyen

Communication

Maladie

Économie

Injustice

Peur d'aimer

Mépris

Méfiance/Méfiance

Prix des

loyers/Spéculation
immobilière/Appât du
gain

Indifférence/aux
personnes âgées
placées/[In]différence

Inégalités

Racisme/

Discrimination

Ignorance/ Manque
de connaissance/dans le
sens d'être moins
ignorant.e.s de ce qui se
passe autour de nous

Préjugés

Violence/Agressivité
/Irritabilité

Consommation/

Gaspillage/
Empreinte écologique

Égoïsme/

Individualisme/Usage
individuel de la voiture



12. Pour bien vivre ensemble dans la société à l'avenir...



Il faut être capable d'être centré.e sur ses émotions en restant sensible aux autres.

- ... vivre plus fortement notre connexion aux autres et au monde qui nous entoure.
- ... penser à la vie après nous, à l'héritage que l'on va laisser aux autres générations.

On a un monde à bâtir. Rien n'est dans le béton. On a vu qu'il est possible que les choses changent. Exemple : la mise en place rapidement de la PCU par le gouvernement fédéral a fait avancer le dossier d'un éventuel revenu de base de dix ans.

C'est important de s'écouter, de se considérer, de se respecter.

12. POUR BIEN VIVRE ENSEMBLE DANS LA SOCIÉTÉ À L'AVENIR...



Il faut la solidarité. Il faut être plus conscient.e.s les un.e.s des autres.

La pandémie nous a rapproché.e.s, ce serait chouette de ne pas le perdre.

Il faut s'aimer. Il faut s'entraider. Il faut vivre sa liberté sans empiéter sur les autres. Il faut s'écouter.

Ne plus être obligé.e.s de défaire et de refaire.

12. POUR BIEN VIVRE ENSEMBLE DANS LA SOCIÉTÉ À L'AVENIR...



Est-ce que ça va bien aller ? Ce serait de croire aux licornes.
Alors quoi ?
Continuer de se laver les mains.
Plus de fantaisie, plus de magie.
Être libre de ses actions.
Être plus patient.e avec soi-même.

12. POUR BIEN VIVRE ENSEMBLE DANS LA SOCIÉTÉ À L'AVENIR...

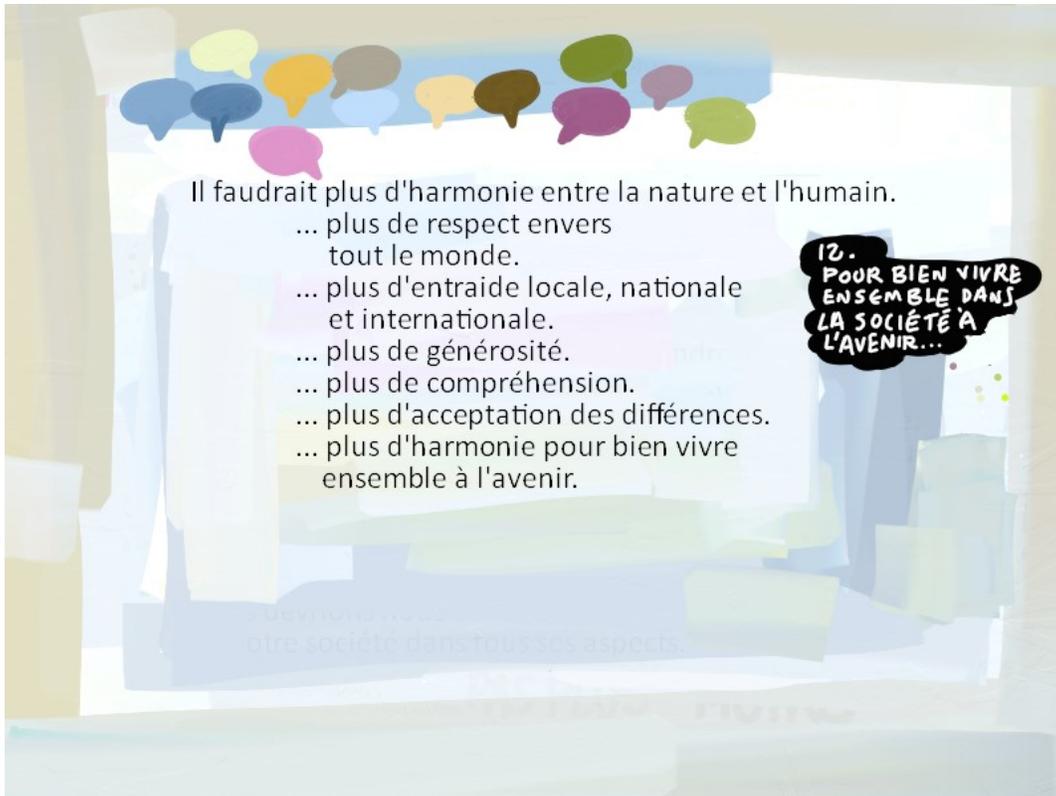
Il faut que l'on s'écoute, mais surtout que l'on s'entende.
Il faudrait apprendre à se connaître, à s'accepter, être curieux.
Il faut garder espoir et travailler ensemble.
On devrait tou.te.s faire un effort pour entendre et comprendre la situation de vie des autres personnes de notre communauté (et du monde at large).
Nous devrions nous soucier beaucoup plus de notre société dans tous ses aspects.



Il faut unir nos forces.
Il faut la bienveillance.
... penser aux autres.
... être présent.e et actif dans et pour la société.
... espérer que les gens comprendront que ce qui n'est pas essentiel pour eux peut l'être pour d'autres.
Il faut l'art.

12. POUR BIEN VIVRE ENSEMBLE DANS LA SOCIÉTÉ À L'AVENIR...

Il faut que l'on s'écoute, mais surtout que l'on s'entende.
Il faudrait apprendre à se connaître, à s'accepter, être curieux.
Il faut garder espoir et travailler ensemble.
On devrait tou.te.s faire un effort pour entendre et comprendre la situation de vie des autres personnes de notre communauté (et du monde at large).
Nous devrions nous soucier beaucoup plus de notre société dans tous ses aspects.



La dernière étape de l'activité invitait à formuler une intention pour la suite, collectivement pour l'animation en groupe, et individuellement pour la collecte de réponses individuelles.

Encore une fois, très peu de mots en plus, mis dans le texte entre crochets, suffisent pour relier l'ensemble des réponses recueillies dans un tout cohérent qui ressemble d'emblée à une sorte de manifeste.

Pour bien vivre ensemble dans la société à l'avenir...

[Il faut] être capable d'être centré-e sur ses émotions en restant sensible aux autres,
 ... vivre plus fortement notre connexion aux autres et au monde qui nous entoure,
 ... penser à la vie après nous, à l'héritage que l'on va laisser aux autres générations.

On a un monde à bâtir. Rien n'est dans le béton. On a vu qu'il est possible que les choses changent. Exemple: la mise en place rapidement de la PCU par le gouvernement fédéral a fait avancer le dossier d'un éventuel revenu de base d'un dix ans.

C'est important de s'écouter, de se considérer, de se respecter.

Il faut la solidarité.

Il faut être plus conscient·e·s les un·e·s des autres.

La pandémie nous a rapproché·e·s, ce serait chouette de ne pas le perdre.

Il faut s'aimer. Il faut s'entraider. Il faut vivre sa liberté sans empiéter sur les autres. Il faut s'écouter.

Ne plus être obligé-e-s de défaire et de refaire.

[Est-ce] que ça va bien aller? [Ce serait] de croire aux licornes.

[Alors quoi ?]

Continuer de se laver les mains.

Plus de fantaisie, plus de magie.

Être libre de ses actions.

Être plus patient-e avec soi-même.

Il faut que l'on s'écoute mais surtout que l'on s'entende.

Il faudrait apprendre à se connaître, s'accepter, être curieux.

Il faut garder l'espoir et travailler ensemble.

On devrait tou-te-s faire un effort pour entendre et comprendre la situation de vie des autres personnes de notre communauté (et du monde at large).

Nous devons nous soucier beaucoup plus de notre société dans tous ses aspects.

Il faut unir nos forces.

Il faut la bienveillance.

- ... penser aux autres.

- ... être présent et actif dans et pour la société.

- ... [espérer] que les gens comprendront que ce qui n'est pas essentiel pour eux peut l'être pour d'autres.

Il faut l'art.

Il faudrait plus d'harmonie entre la nature et l'humain.

- ... plus de respect envers tout le monde.

- ... plus d'entraide locale, nationale et internationale.

- ... plus de générosité.

- ... plus de compréhension.

- ... plus d'acceptation des différences.

- ... plus d'harmonie pour bien vivre ensemble à l'avenir.

Autour de ce compte-rendu

...
Une épidémie ailleurs
Des cas ici
Une pandémie
Des hospitalisations
Des décès
Beaucoup
Trop
Une courbe à aplatir
Des mesures sanitaires
Lavage des mains
Distanciation
Confinement
Fermeture des frontières
Masques
Une vague
Deux vagues
La vie dans le rouge, jaune, vert
Trois vagues
Puis le rouge foncé
Des variants
Des vaccins
...

Ce compte-rendu prend sa source dans 9 animations réalisées dans le réseau du Regroupement des ressources alternatives en santé mentale pendant la deuxième et la troisième vague de la pandémie, plus précisément entre le 16 septembre 2020 et le 22 mars 2021. En tout 45 personnes y ont participé : membres de l'équipe du RRASMQ et de quelques ressources qu'il regroupe, intervenant·e·s, administrateur·e·s.

Dans cette compilation, le choix a été fait de compiler les réponses toutes ensemble sans les distinguer et de façon anonyme.

Un autre choix a été de tenir compte de tout, de construire un texte suivi, section par section, en regroupant au mieux ce qui avait été dit, et d'intervenir le moins possible sur le choix des mots. Il s'en est dit des choses pendant la pandémie ! Le résultat ne reflète pas tout. Il reflète ce qui a pu émerger depuis le réseau du RRASMQ dans le contexte précis de ce jeu à animer, de ses questions et des dates des animations, qui ont eu lieu en plein confinement, avant le début des rondes de vaccinations s'adressant plus largement à l'ensemble de la population. En lisant les réponses recueillies quelques mois plus tard, on peut d'ailleurs mesurer l'évolution de la situation depuis, et de ses repères.

...
Vaccination massive
Premières et deuxièmes doses
Pourcentages de vaccination
Déconfinements

Passeport vaccinal
Quatrième vague
Retours à des activités en présence

...

Devant ces nouveaux développements qui s'avèrent une nouvelle expérience, nous avons choisi de nous en tenir aux réponses reçues et compilées avant l'été 2021, et de mettre un terme à la collecte de réponses en ligne pour cette activité, même si l'animation reste disponible aux ressources qui voudraient y recourir.

Le présent compte-rendu peut par ailleurs conduire à de nouvelles animations et activités.

Et vous, que répondriez-vous aujourd'hui ?

Alors à vous de jouer et d'imaginer des suites.

Voici quelques pistes au moment de présenter à un groupe ce compte-rendu, ou les notes graphiques qui reprennent la même compilation sous la forme de diapositives illustrées.

- Recueillir d'abord les réponses du groupe avant de présenter une section.
- Interroger le groupe : vous retrouvez-vous dans ces réponses ? À quelle réponse vous identifiez-vous davantage ? Qu'est-ce qui a changé depuis ces animations (effectuées entre le 16 septembre 2020 et le 22 mars 2021) ? Que répondriez-vous aujourd'hui ?
- Pour la section 5, «Si la pandémie était un objet, ce serait... parce que...», retenir quelques objets qui ont retenu l'attention et identifier avec le groupe des moments ou des situations où la pandémie a ressemblé à un de ces objets.
- Demander au groupe s'il aurait le goût de participer à son tour à une animation/collecte de réponses sur un des trois sujets suivants : 1. Bouger, vers quoi, dans la société, 2. Notre expérience de l'[in]égalité, 3. Notre rôle face aux règles du jeu.

Si oui, vous trouverez tout le matériel nécessaire pour organiser une telle suite [ici](#).

Rappelons enfin que cette compilation résulte d'heureuses participations.

Merci aux quatre ressources qui ont organisé des animations : L'Ensoleillée, La Bonne Étoile, Projet PAL, Relax-Action.

Merci aux 45 participant-e-s, dont les personnes suivantes qui ont choisi de s'identifier : les deux Anne-Marie, Annie Pavois, Brigitte, Carole Levis, Claudia, Daniela Ingrid Krassowski, Danielle Meilleur, Dominic Dubois, Élisabeth, Emma De Lafontaine Jovani, Esmeralda Romero, Jean-Pierre Ruchon, Julie Tansey, Laurette, Lesley Ann Maclauchlan, Lilianne, Lilianne Hamel, Louise Favreau, Mark, Mathilde Lauzier, Matteo, Micheline Desmarteaux, Natanya Théberge, Stéphane Dubreuil, Sylvain Leduc, Wilma, Yves.

Merci au RRASMQ et à sa merveilleuse équipe, tout particulièrement à Annie Pavois et à Anne-Marie Boucher, pour avoir fait quête et cause commune dans cette aventure entre recherche et animation que nous avons vécue ensemble dans l'actualité telle qu'elle a été.

Vivian Labrie
Québec, le 27 octobre 2021