



**Journée mondiale de la santé mentale et journée de l'Alternative en santé mentale :
des lieux et des liens pour briser la solitude et bâtir des solidarités**

Montréal, le jeudi 7 octobre 2021 – C'est sous le thème «*Des lieux et des liens empreints d'humanité*» que le Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec (RRASMQ) souligne aujourd'hui la 9^e Journée de l'Alternative en santé mentale et profite de l'occasion pour rappeler l'importance de ces lieux d'accueil et d'entraide essentiels dans nos communautés, et qui ont gardé leurs portes ouvertes tout au long des premières vagues de la pandémie. Le RRASMQ interpelle aujourd'hui le gouvernement québécois lors d'un rassemblement festif et créatif et rappelle que le prochain Plan d'action interministériel en santé mentale doit reconnaître et soutenir adéquatement le travail de ces groupes communautaires. Alors que l'OMS souligne la Journée mondiale de la santé mentale sous le thème *Faisons des soins de santé mentale pour tous une réalité*, le RRASMQ rappelle que l'accès à l'accompagnement psychosocial demeure un rêve inaccessible pour un grand nombre de citoyens et de citoyennes au Québec qui ont besoin de liens significatifs et attentifs ainsi que de lieux d'appartenance, pas seulement d'auto-soins!

Des lieux d'accueil, d'entraide et de liberté

Depuis plus de 40 ans, les ressources alternatives en santé mentale proposent un *ailleurs et autrement* dans la communauté, basé sur l'entraide, l'appropriation du pouvoir et l'éducation populaire. « Ces lieux forment un continuum d'humanité à l'échelle du Québec car on trouve des ressources alternatives dans toutes les régions du Québec. Chacune est un puissant remède contre la solitude et la perte de sens. En générant des espaces de parole et de créativité, en invitant les citoyen-ne-s dans des lieux accueillants et respectueux, en s'ancrant dans la participation des personnes, ces espaces participent à soutenir un Québec en meilleure santé mentale!» souligne Jean-Nicolas Ouellet, coordonnateur du groupe d'entraide CAMÉÉ. Le comité organisateur de la Journée de l'Alternative a dévoilé aujourd'hui une œuvre collective, intitulée *Trame d'humanité*, réalisée par près d'une centaine de membres des ressources alternatives en santé mentale et soulignant ce qu'apportent les ressources dans leurs vies.

Des espaces transformateurs

«Les ressources alternatives, en accueillant la personne de manière globale, en lui permettant de se déposer et d'évoluer dans ses relations et ses liens, sont des lieux de reprise d'équilibre et de transformation!» ajoute Carole Lévis, présidente du RRASMQ. Mais cette transformation se fait également dans la communauté, parce que les ressources alternatives permettent aux citoyen-ne-s de se mettre ensemble pour transformer ou revendiquer de meilleures conditions de vie et rendre leurs communautés plus inclusives.

De la nécessité d'un changement de paradigme

« Nous n'avons jamais autant parlé de santé mentale que dans la dernière année. Or, on voit peu de nouveaux investissements dans les services publics de santé mentale, ou dans des conditions de vie comme le logement ou le revenu. Pourtant, c'est vital pour des centaines de milliers de personnes! » déclare Mitsou Lefebvre Lafrance, administratrice du RRASMQ. Les membres du RRASMQ et les personnes qui fréquentent leurs ressources espèrent voir un changement de paradigme dans le nouveau Plan d'action interministériel en santé mentale prévu pour la fin de l'automne 2021. «L'OMS le souligne, le Rapporteur spécial de l'ONU sur le droit à la santé également : nous avons besoin d'investissements dans les communautés, pour soutenir l'action communautaire autonome en santé mentale, pour donner accès à des alternatives aux approches biomédicales, bref, pour agir à la racine des difficultés et près des gens! » souligne Anne-Marie Boucher, co-coordonnatrice du RRASMQ.

Rappelons que les personnes fréquentant les ressources alternatives en santé mentale ont posé les bases de la plateforme *Trois chantiers pour une approche globale en santé mentale*, un document présentant 11 revendications. Ces 11 revendications rappellent la primauté de la personne, l'importance de prendre en compte les déterminants sociaux de la santé et l'accès aux pratiques et approches alternatives. Ces revendications, portées depuis bientôt deux ans, attendent toujours une réponse favorable du ministère de la Santé et des services sociaux, qui se dit pourtant à l'écoute des personnes et du milieu communautaire.

- 30 -

Pour informations et demandes d'entrevues

Anne-Marie Boucher

Co-coordonnatrice du RRASMQ

Cell. : 514-984-2349

anne-marie@rrasmq.com