



Communiqué de presse  
Pour diffusion immédiate

**Les ressources alternatives :  
des portes ouvertes pour soutenir la santé mentale de la population**

**Montréal, le 10 octobre 2023 – Le Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec (RRASMQ) souligne aujourd’hui ses 40 ans à l’occasion d’une journée d’activités et d’actions, sous le thème *40 ans d’alternatives solidaires en santé mentale*, tenue à la Maison du développement durable à Montréal et réunissant plus d’une centaine de personnes.**

Cette journée d’action s’est ouverte avec une conférence de presse réunissant Katharine Larose-Hébert, chercheure à la TÉLUQ, Jean-Nicolas Ouellet, directeur du groupe d’entraide de Montréal-Nord CAMÉÉ, Joël Tremblay, membre de la Maison du Goéland de St-Constant, France Brault, membre du Phare source d’entraide et Anne-Marie Boucher, co-coordonnatrice du RRASMQ. Les cinq porte-paroles ont réitéré l’importance que les ressources alternatives soient mieux reconnues et connues par la population.

Des capsules vidéo, produites par les membres des ressources alternatives, ont également été dévoilées à cette occasion, et peuvent être visionnées à partir du 10 octobre 2023 [en suivant ce lien](#). Ces capsules de sensibilisation visent à faire connaître l’action et l’importance de ces ressources alternatives. «L’approche alternative en santé mentale, présente depuis plus de 40 ans et portée par une centaine de groupes communautaires de partout au Québec, est un des maillons essentiels du tissu social québécois et est là pour rester!» a déclaré Jean-Nicolas Ouellet, directeur de CAMÉÉ. Suite au dévoilement de ces capsules, au moins 20 ressources dans 9 régions du Québec se sont jointes à un geste symbolique de tintamarre afin de contribuer à faire voir et entendre leur ressources dans leurs milieux.

En après-midi, un mini-colloque intitulé *Accueillir autrement la souffrance et la différence* recevra la psychologue et chroniqueuse Nathalie Plaat pour une conférence d’ouverture de même que Robert Théorêt pour une rétrospective des 40 ans d’histoire du mouvement alternatif. Le colloque réunira également un panel varié évoquant le *mouvement de l’être*, le mouvement des entendeurs de voix, l’entraide en santé mentale et l’importance de l’accompagnement entourant la médication. Cet événement hybride, réunissant près de cent personnes, vise à faire rayonner l’approche alternative auprès d’un large public.

Cette journée d'activités se tient dans le cadre la Journée mondiale de la santé mentale ainsi que de la Journée de l'Alternative en santé mentale, célébrées toutes deux le 10 octobre de chaque année. Le thème choisi par l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) pour la Journée mondiale de la santé mentale 2023 est « La santé mentale est un droit humain universel ». « Le droit à la santé mentale peine à se réaliser, parce que les conditions de vie des personnes sont difficiles, parce que la prévention manque, parce que les services d'accompagnement et de soutien sont peu accessibles. », explique Peter Belland, président du RRASMQ.

En ce sens, le RRASMQ lance aujourd'hui des capsules vidéo visant à rappeler à la population québécoise que ces groupes communautaires sont présents dans leurs communautés, et que leurs portes sont ouvertes. «L'action des groupes communautaires est méconnue, même si ces groupes mettent en place des pratiques parmi les plus innovantes et reconnues comme étant respectueuses des droits humains, tout en offrant des espaces d'implication citoyenne. » ajoute Anne-Marie Boucher, co-coordonnatrice du RRASMQ.

Alors que la détresse dans les communautés est élevée et que les services publics sont malmenés, les ressources alternatives souhaitent rappeler à la population qu'elles sont là. Elles permettent autant d'y chercher du soutien, que d'en offrir à d'autres personnes. «*Passez les portes, elles sont ouvertes!*» est le slogan final des capsules vidéo, mais également une invitation à toute la population québécoise.

– 30 –

**Pour renseignements et demandes d'entrevues**

Erica Brulé, relationniste

Cell. : 819-360-2485

[erica@beteferoce.com](mailto:erica@beteferoce.com)