



INFO LETTRE

LES PORTE-VOIX DU RÉTABLISSEMENT

INFORMER ET FORMER LES PERSONNES VIVANT OU AYANT VÉCU UN TROUBLE MENTAL

PRINTEMPS 2016

VERS UN MOUVEMENT PAR ET POUR PLUS INCLUSIF

YVAN BILODEAU, PRÉSIDENT



Il y a eu changement de garde au sein du Conseil d'administration des Porte-Voix du Rétablissement de 2015 à 2016. Depuis les débuts de l'Association en 2007, son Conseil a toujours été majoritairement peuplé par des intervenants pairs aidants. Normal : ses 3 fondateurs, Nathalie Lagueux, Luc Vigneault et Véronique Bizier, sont pairs aidants dans la pratique et dans l'âme. En réalité, par contre, sont pairs aidants moins de 10 pourcent des quelque 300 membres de notre Association, lesquels ont pour la plupart été recrutés lors de nos tournées de consultation dans les services en santé mentale. À l'hiver 2015, pourtant, 6 des 8 administrateurs étaient des pairs aidants certifiés. Et pour cause, car parmi les dossiers qui accaparaient le plus l'Association était la tentative malheureusement mise sur glace, pour l'instant, de transférer le Programme Pairs Aidants Réseau de l'AQRP aux Porte-Voix du Rétablissement afin de consolider le mouvement usager provincial.

Ne me méprenez pas, je suis moi-même intervenant pair aidant de profession, et j'ai à cœur la vocation de mes collègues. Mais il est sain que désormais, le Conseil d'administration soit d'une composition plus représentative de l'ensemble des membres dont nous défendons les intérêts. Et une belle diversité, avec aussi une majorité féminine, la présence de membres plus jeunes dont une, Kharoll-Ann Souffrant, représente sur plusieurs fronts, avec fierté et brio, la relève au sein de notre mouvement. Avec la doyenne Marjolaine, le militant passionné Yves que vous rencontrerez plus à fond dans ces pages, et tous les autres administrateurs, nous formons une équipe prometteuse et engagée.

En 2016, nous faisons également un pas vers la communauté anglophone en tissant une alliance avec la Table de concertation de l'Ouest de l'Île de Montréal. Comme plusieurs associations québécoises de tous secteurs d'activité, nous avons jusqu'ici investi nos efforts en presque totalité pour la population blanche

SOMMAIRE

MOTS DU PRÉSIDENT - COIN DU D.G. 1

FORMATION RÉTABLISSEMENT

TAILLÉE SUR MESURES : UN SUCCÈS! 2

RÉTABLISSEMENT : NOTRE EXPERTISE

À L'HONNEUR! 3

YVES BROSSEAU :

UN MILITANT DANS L'ÂME 4

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

2015-2016 6

MERCI À DEUX DE NOS PIONNIERS! 7

EN BREF 8

francophone du Québec. Avec la présence de Kharoll-Ann et de Noémie dans l'équipe, la main tendue vers nos concitoyens de langue anglaise, nous tenterons de corriger ce tir.

Objectif : un « rien à propos de nous sans nous » au NOUS encore davantage inclusif et représentatif de la diversité citoyenne dans laquelle nous évoluons.

Bonne lecture!



COIN DU D.G.

SYLVAIN D'AUTEUIL, DIRECTEUR GÉNÉRAL

Le Plan d'action en santé mentale 2016-2020 : Faire ensemble et autrement, mets entre autres l'accent, il faut le souligner avec bonheur, sur l'approche du rétablissement et la participation citoyenne de nos pairs dans toute décision nous concernant. Deux mesures en ce sens méritent d'être citées :

- *Le MSSS soutiendra les établissements (...) par la diffusion d'un guide en matière de participation des personnes utilisatrices de services et des membres de leur entourage à la planification et à l'organisation des services. Chaque établissement (...) inclura, dans son plan d'action (...) des actions spécifiques visant la mise en place, le maintien, le suivi et l'évaluation de la participation d'usagers et de membres de leur entourage (...).*

D'ailleurs, notre Association fait partie des partenaires conviés par la Direction de la santé mentale du MSSS afin de nourrir ce guide.

- *Afin que la personne utilisatrice de services en santé mentale soit l'actrice principale des soins et des services qui la concernent, que des soins axés sur le rétablissement soient implantés et maintenus dans le réseau de la santé et*

des services sociaux, chaque établissement (...) inclura, dans son plan d'action (...) des mesures spécifiques concernant l'adoption de l'approche orientée vers le rétablissement dans les établissements, chez les gestionnaires, les professionnels de la santé (dont les psychiatres) et les intervenants (...)

Évidemment, un besoin en formation est criant afin de répondre à ces mesures. Notre expertise, qui a alimenté la rédaction du premier Guide de référence pour des pratiques axées sur le rétablissement au Canada (voir en page 4), a aussi alimenté 4 modules de formation créés en 2015 – et comme vous pourrez le constater en page 3, nous en avons fait un succès!



FORMATION RÉTABLISSMENT TAILLÉE SUR MESURES : UN SUCCÈS!



FORMATION RÉTABLISSMENT À DES GESTIONNAIRE DE SAINTE-MARIE-DE-BEAUCE

Depuis le début 2016, près d'une centaine de gestionnaires et de superviseurs cliniques de ressources d'hébergement de type R.I. et R.T.F. ont été formés par les Porte-Voix du Rétablissement dans l'art de gérer un service axé sur le rétablissement.

Créées sur les fondations du Projet Rétablissement (voir page suivante), la formation sur l'approche du rétablissement de l'Association, dans son module destiné aux gestionnaires de services en santé mentale, était testé en mode pilote cet hiver en Mauricie, en Estrie et en Beauce.

Résultat : tout à fait au-delà des attentes les plus... folles!

Évaluée sur plusieurs points par les participants, la formation offerte en un bloc d'un jour et demi à de petits groupes d'en moyenne de 10 à 12 gestionnaires à la fois (afin de permettre un maximum d'interaction et un service plus personnalisé), a obtenu un succès remarquable comme en témoigne le graphique sur les scores obtenus.

Note générale : 93,2%!

De première importance ici, la note de 95% récoltée sur l'indicateur mesurant l'intention d'utiliser le nouveau savoir acquis dans l'intervention des gestionnaires et superviseurs cliniques. Et aussi à noter le 93,4% obtenu quant à l'applicabilité directe de l'apprentissage dans le travail des participants. Cela nous tient à cœur car le principal objectif de la formation est de faciliter l'implantation de l'approche du rétablissement dans les services de façon concrète tant dans la gestion que l'intervention. D'ailleurs, cela confirme la pertinence de notre formule selon laquelle nous évaluons l'approche rétablissement dans le type de service du client afin d'en faire un portrait qui nous permet ensuite de calquer les points forts de la formation sur les besoins et carences identifiés. En un jour et demi de formation, on se doit de prioriser la matière et de forger des outils de gestion et d'intervention pertinents au milieu où l'implantation du virage rétablissement doit se faire.

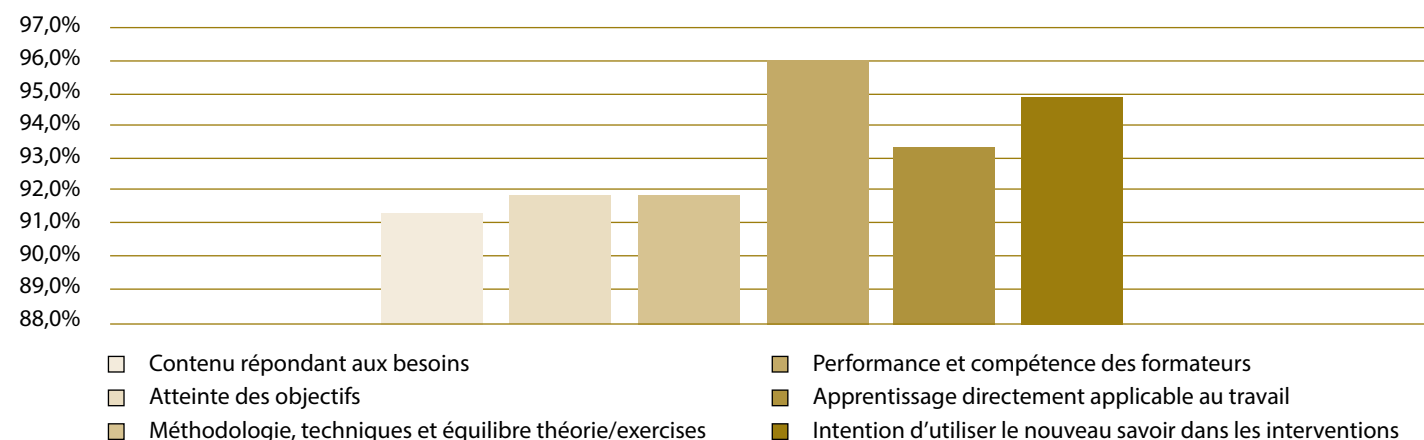
Les commentaires sont aussi éclairants, par exemple, l'un vantera un contenu « très formatif »

et des objectifs aux résultats attendus « réalisables et optimaux »; l'autre appréciera le côté « humaniste » de l'approche ainsi que sa saveur expérientielle, et plusieurs sortiront « motivés et outillés » pour concrètement appliquer l'approche au quotidien.

Nous sommes aussi fiers de constater que selon nos participants, la formation a répondu aux besoins et touché les cibles prioritaires, avec un contenu et une méthode pédagogique laissant beaucoup de place à des exercices concrets – mérite qui revient beaucoup à la conceptrice de la formation, Noémie Charles, une praticienne de grande compétence qui forme un tandem de formateurs très apprécié (96%) et complémentaire avec Sylvain d'Auteuil, spécialiste en gestion.

En bref, voilà une offre de service qui promet et participe à la contribution concrète du savoir expérientiel dans l'implantation sur le terrain du virage rétablissement au Québec.

ÉVALUATION DES PARTICIPANTS



ARIHQ : RAMPE DE LANCEMENT!

Démarré en 2013, en partenariat avec l'Association des ressources intermédiaires d'hébergement du Québec (ARIHQ), en collaboration avec la compétente équipe de la chercheuse Lourdes Rodriguez de l'Université de Montréal, le Projet Rétablissement s'achèvera en 2016.

Jusqu'ici beaucoup de boulot a été accompli. Il y a eu en 2013 la création par les pairs du devis de recherche, de plus d'une cinquantaine d'indicateurs de qualité mesurant l'approche rétablissement dans les services, ainsi que des outils de mesure. Puis le recrutement des ressources et la recherche sur le terrain

permettant de brosser un portrait d'ensemble des 20 R.I. échantillonnées quant à l'orientation rétablissement en leur sein. En 2014, la ponte de 3 modules de formation calqués sur les besoins recensés pour accompagner le virage rétablissement et, en 2015, la prestation de la formation elle-même, par Annie Bossé et Annie Beaudin, auprès de l'échantillon des 10 ressources du groupe expérimental. De ce premier pilote a été inspirée une bonification de la formation puis il y a eu la création l'automne dernier du module destiné aux gestionnaires – testé avec succès auprès de ressources non incluses dans le projet de recherche.

Désormais, reste à évaluer par la Phase 2 de recherche l'impact de la formation et à offrir la formation bonifiée aux ressources du groupe témoin. Finalement, l'objectif est de procéder à l'analyse des résultats et à rédiger le rapport final du projet d'ici la fin 2016.

Tout cela aura été toute une aventure pour cet ambitieux projet entièrement créé et géré par et pour des personnes en rétablissement. Nous pouvons en être fiers – comme vous aurez pu le constater en page précédente : le Projet Rétablissement porte déjà des fruits très mûrs!

L'EXPERTISE DES PORTE-VOIX RECONNUE D'UN OCÉAN À L'AUTRE



Les succès de notre programme de formation sur le rétablissement se fondent sur notre savoir expérientiel collectif et nos compétences en matière de rétablissement de plus en plus reconnus et respectés. Et ce d'un océan à l'autre. À preuve, en juin 2015 était lancé un ouvrage phare auquel ont participé deux des nôtres de manière substantielle : le *Guide de référence pour des pratiques axées sur le rétablissement*, de la Commission de la santé mentale du Canada. En chantier pendant plus de 2 ans sous la supervision du stratège visionnaire Howard Chodos, avant son lancement attendu, il est le premier document d'orientation complet, propre au contexte canadien, pour comprendre le rétablissement et promouvoir

une mise en œuvre uniformisée des principes du rétablissement en ce qui concerne les politiques, les programmes et les pratiques. Le lancement du Guide de référence marque un nouveau jalon historique dans l'application de la stratégie en matière de santé mentale pour le Canada, *Changer les orientations, changer des vies*.

Fruit d'une minutieuse revue de littérature, de nombreuses consultations auprès d'experts de toutes perspectives (pairs, membres de l'entourage, chercheurs, gestionnaires et leaders des milieux institutionnels et communautaires, praticiens, etc.) le Guide de référence a été rédigé par une équipe de 4 auteurs dont a

fait partie le directeur de notre Association, Sylvain d'Auteuil. De plus, le Président de l'Association jusqu'à récemment, Luc Vigneault, en signe un des mots d'introduction au nom des Porte-voix du Rétablissement.

Une importante contribution de votre Association à l'amélioration des services chez nous et partout au pays!

Pour accéder à la version électronique, veuillez la télécharger dans sa version française au www.mentalhealthcommission.ca/francais/document/72761/guidelines-recovery-oriented-practice





YVES BROSSEAU

UN MILITANT DANS L'ÂME



Le 26 janvier dernier, l'un de nos militants les plus déterminés, Yves Brosseau, aussi trésorier de notre Association, a déposé un mémoire au contenu vibrant dans le cadre d'une consultation publique en vue du 3^e plan gouvernemental en matière de lutte à la pauvreté et à l'exclusion sociale.

Le mémoire intitulé « Le Vilain petit canard – tanné d'être pauvre » est rédigé en 2 sections majeures. La première est constituée d'un témoignage très touchant sur son propre parcours et l'autre de ses réflexions sur les orientations proposées par le gouvernement.

On peut le consulter dans son intégralité à l'adresse suivante :

www.rrasmq.com/documents/divers/Memoire_Yves_Brosseau_2015-janvier.pdf

Ici, afin de vous présenter une partie de l'essence de ce militant très engagé, nous vous proposons les extraits suivants, concernant son parcours et en conclusion les revendications qu'il appuie, qui sont également celles du Collectif pour un Québec sans pauvreté.

YVES, L'HOMME

« Je suis né le 12 février 1964, à Montréal, dans le Plateau Mont-Royal. Mes parents n'étaient pas des gens riches. Quand mes parents se sont séparés, j'avais 2 mois. J'ai été élevé par mon grand-père et ma grand-mère à la campagne pendant une dizaine d'années. Ma mère venait

nous voir à chaque fin de semaine avec ma sœur aînée, à Napierville. Quand j'y pense, ma mère a été une des premières mères monoparentales, à l'époque. Mon père, je l'ai vu trois fois... Longtemps, je me suis senti coupable de la séparation de mes parents.

« Ma mère avait transféré la rage qu'elle avait contre les hommes sur moi. Elle me comparait défavorablement à ma sœur, tout le temps. Côté estime de soi, ça n'a jamais été évident. Trouver ma place... Même aujourd'hui quand quelqu'un me demande : « Qu'est-ce que t'aime? » Je réponds : « Rien. » J'ai peur que si je dis ce que j'aime, la personne va pouvoir l'utiliser pour me détruire, ou va détruire ce que j'aime. Même il y a deux jours, je remettais en question le fait de faire un mémoire... je me disais : « Ça vaut-tu vraiment la peine d'en faire un? »... Ça donne quoi de faire quelque chose si tout le monde est toujours sur ton dos? Si le monde est jaloux du petit peu que tu as? Pis à mon âge, je me demande souvent : « pourquoi je continuerais à vivre? »

« Nos voisins étaient notaires et les dimanches soirs en été, ils se faisaient un souper de famille à l'extérieur. Je m'installais sur ma balançoire dehors avec mon assiette, et je m'imaginai faire partie de leur famille. Avoir droit à ça. Et ensuite il y a beaucoup de choses auxquelles on ne se donne plus le droit de rêver, quand on vieillit.

À 16 ans j'étais dans un cours professionnel de menuiserie, je me suis blessé et j'ai perdu deux bouts de doigts. À cause de ça, j'ai dû abandonner mon cours de dessin technique, ce qui aurait pu m'ouvrir de belles portes dans l'emploi. À l'époque j'étais un semi-bum, je connaissais déjà l'alcool mais j'ai commencé à consommer également des drogues. J'ai été chanceux parce que j'aurais pu devenir un gros criminel.

« Le 13 avril 1989, j'ai arrêté de consommer... J'ai fait une cure de désintoxication, je suis entré dans des groupes d'aide, plusieurs thérapies. J'ai fait de l'analyse transactionnelle, des ateliers sur la dépendance affective, des sessions intensives avec les AA, des intensives pour les 12 étapes, des groupes sur la violence, psychologue, sexologue, sessions d'hypnose, thérapies énergétiques, coach de vie, etc.

« J'ai eu des problèmes physiques, des blessures au travail. Mon premier accident de travail a eu lieu en 1994. L'enfer a commencé le 15 février 1999 où j'ai eu une entorse dorsale. C'est à cette époque-là que les crises d'angoisse ont commencé. Neuf épidurales, huit injections dans le cou, trois dans les épaules, toutes sortes de thérapies pour aller mieux... Pour moi, c'était la suite des crises d'angoisse, le début des dépressions... Je me suis retrouvé de nouveau en arrêt de travail, en évaluation.

« J'avais aussi beaucoup de colère à l'époque, je venais de perdre un emploi que j'occupais depuis treize ans... Sans diplôme, c'était difficile de trouver un emploi, surtout avec des limitations fonctionnelles. J'ai eu des ennuis financiers et j'ai déclaré faillite. En 2010 j'ai été déclaré inapte au travail après que l'aide sociale m'ait demandé de passer une évaluation. Si j'avais eu droit à la CSST, j'aurais pu éviter la grande pauvreté. Mais avec la RRQ, je reçois aux alentours de 800\$ par mois, plus une allocation de logement.

« Aujourd'hui, sans salaire c'est difficile d'avoir accès à de la thérapie, à un psychologue, à une session de PNL. Améliorer mon mieux-être, retrouver mon estime de soi, c'est un travail de tous les jours.

YVES, LE MILITANT

Je trouve du soutien dans plusieurs organismes communautaires depuis quinze ans, et j'y fais du bénévolat aussi. Je m'implique aussi dans des CA : 2 ans

dans celui du RRAMQ, 4 ans dans celui du RIAPSA, 12 années dans celui de l'Avant-garde en santé mentale, dans plusieurs comités aussi. J'ai fait partie du cadre de partenariat avec le Collectif de défense des droits de Longueuil pendant 4 ans également, en tant que délégué, en plus de multiples autres implications. Ça m'aide à garder la tête hors de l'eau.

« Aujourd'hui, je me considère comme un survivant. J'apprends tranquillement à me faire confiance, à croire en moi. Mais on s'implique pas seulement pour nous-mêmes, on le fait aussi pour les autres qui vivent les mêmes choses que nous. C'est pourquoi les pratiques d'entraide sont là... »

Yves fait sa part, tous les jours, pour lutter contre la pauvreté, la sienne et celle des autres.

Voici les recommandations qu'il appuie...

Le prochain plan gouvernemental de lutte contre la pauvreté, doit :

- Augmenter toutes les prestations gouvernementales pour assurer à toutes les personnes un revenu au moins égal à la mesure du panier de consommation (MPC), soit 17 246 \$ par année (2013).
 - Augmenter le salaire minimum à au moins 13,37 \$ l'heure (2015) et l'augmenter à chaque année afin qu'une personne seule travaillant 35 heures par semaine sorte de la pauvreté.
 - Réduire les inégalités socioéconomiques entre les plus pauvres et les plus riches.
 - Mettre en place une campagne sociétale visant à changer les mentalités et à contrer les mythes sur la pauvreté et les préjugés envers les personnes qui la vivent.
 - Améliorer l'accès, sans discrimination, à des services publics universels gratuits et de qualité.
- « Je souhaite que le prochain plan d'action gouvernemental contre la pauvreté et l'exclusion sociale sorte définitivement les personnes de la pauvreté, » conclue Yves. Nous de même...



YVES EN COMPAGNIE DE COLLÈGUES ADMINISTRATEURS DE L'ASSOCIATION



CONSEIL D'ADMINISTRATION DE L'ASSOCIATION

YVAN BILODEAU,
PRÉSIDENT, MONTRÉGIE.

Intervenant pair aidant à la Maison du Goéland, son équipe accompagne les démarches de réinsertion dans la communauté. Il n'a pas son pareil pour créer des liens et semer l'espoir chez les personnes qu'il accompagne. Yvan, c'est notre boute-en-train et notre rayon de soleil. Il a joint nos rangs parce qu'il croit que nous devons être au centre des prises de décision nous concernant. Siégeant au CA depuis plusieurs années, il a été Vice-président de l'Association et a succédé à Luc Vigneault à la présidence de notre Conseil d'administration en 2015.

MARJOLAINE CHRÉTIEN,
VICE-PRÉSIDENTE, OUTAOUAIS.

Native de la belle Gaspésie, Marjolaine a œuvré dans le domaine de la santé et de l'éducation durant plusieurs années. À la retraite, elle consacre 7 heures par jour, 5 jours par semaine comme bénévole en santé mentale; elle compte plus de huit années comme pair aidante accrédité en Outaouais pour un groupe de soutien en santé mentale, le Groupe AUPRÈS. Une vraie doyenne en mission, elle siège au conseil d'administration d'AUPRÈS et ROCSMO en Outaouais ainsi que notre association depuis sa fondation en 2007. Cet hiver, le quotidien Le Droit consacrait un article à son œuvre. Résiliente, Marjo a combattu avec succès un cancer du sein agressif pour lequel on ne lui donnait que 25% de chances de rémission. Pour célébrer ses 65 ans, en février dernier, elle a décidé de transformer son anniversaire en une activité de financement pour AUPRÈS. Ça en dit tellement sur elle...

YVES BROSSEAU,
TRÉSORIER, MONTRÉGIE.

Yves assistait aux Assemblées générales de l'Association pour une énième fois lorsqu'il a décidé d'accepter notre invitation à rejoindre notre Conseil d'administration en juin dernier. Militant et citoyen hors pair, Yves est impliqué au sein de plusieurs organismes, comités et initiatives. Pour en apprendre davantage sur cet être inspirant, lisez le texte en page 4 – ça vaut le détour...

ESTHER THIBEAULT,
SECRÉTAIRE, MONTRÉAL.

Art-thérapeute de formation, Esther possède aussi un baccalauréat en psychologie de l'Université Concordia et un baccalauréat en administration des affaires spécialisé en comptabilité de l'Université Laval. Elle acquiert actuellement une nouvelle compétence en stratégies d'intervention en zoothérapie. Elle a plus de vingt ans d'expériences en santé mentale. Elle a travaillé comme adjointe au coordonnateur au Comité des bénéficiaires de l'Institut universitaire en santé mentale Douglas. Elle a mis sur pied le volet jeunesse à Revivre. Elle a aidé aussi plusieurs personnes en maison de transition Le Parcours à acquérir de saines habitudes de vie et à retrouver leur autonomie suite à leur hospitalisation en psychiatrie. Elle a offert des suivis individuels en art-thérapie à Expression LaSalle et à Visions sur l'art Québec inc. Esther siège comme secrétaire sur plusieurs conseils d'administration: Le Cyprès, VSAQ et Les Porte-Voix du Rétablissement. Elle rêve de fonder un Centre de ressourcement où l'art-thérapie, la musicothérapie, la drama-thérapie, la zoothérapie, le Tai Chi, la méditation de la pleine conscience et l'alimentation santé s'uniront dans la nature pour le bien-être des participants.

DORIS DUFRESNE,
ADMINISTRATRICE, LANAUDIÈRE.

Doris s'est présentée sur l'invitation de Marjolaine. Simple, humble, le cœur sur la main, elle est arrivée à un moment opportun pour l'Association, l'automne passé. Si elle ne possède aucune expérience de militante, Doris est pourtant riche en savoir expérientiel, et elle nous écrit sa motivation à contribuer parmi nous en ces mots très typiques de son essence : « La vie se composant de hauts et de bas, je recherchais un moyen de vivre mon rétablissement dans la sérénité. Donc j'ai opté, dans le but de parvenir à mes fins, pour donner de mon temps comme bénévole à un organisme en santé mentale. Les Porte-Voix du Rétablissement me semblait tellement approprié, je suis monté à bord! Une équipe formidable. »

KHAROLL-ANN SOUFFRANT,
ADMINISTRATRICE, MONTRÉAL.

Née en 1992, à Montréal, Kharoll-Ann est d'origine haïtienne. Elle est détentrice d'un DEC en Intervention en délinquance du Collège Ahuntsic. Elle étudie actuellement le travail social à l'Université McGill. Au cours des dernières années, Kharoll-Ann a accumulé diverses expériences de travail et de bénévolat auprès de femmes en situation d'itinérance et de pauvreté, de victimes d'agression sexuelle, de personnes vivant avec des troubles alimentaires et d'enfants et de familles en difficulté. En 2014, on a pu l'entendre aux côtés d'Yvan Bujold sur les ondes de Radio Centre-Ville en tant que chroniqueuse pour l'émission Folie Douce qui vise à sensibiliser le grand public aux problématiques de santé mentale. Depuis 2015, elle offre des conférences en anglais et en français via l'organisme canadien Jack.org.

Elle a également offert une conférence sur la notion de rétablissement en santé mentale dans le cadre de TEDx Québec 2015. En 2016, elle a été l'une des cinq finalistes du concours Gens de cœur de Radio-Canada, a remporté le Youth Leader Award du Montreal Community Cares en plus de prendre part au programme Women in House de l'Université McGill. Kharoll-Ann aspire à combiner ses passions de la relation d'aide et des communications afin de conscientiser le maximum de gens possible aux problématiques sociales d'ici et d'ailleurs. Non seulement incarne-t-elle très bien la lutte à la stigmatisation (étant une jeune femme noire vivant un trouble mental) mais tout ce qu'elle fait, elle le fait avec une magnifique attitude et un talent exceptionnel.

BERNARD HAMON,
ADMINISTRATEUR, MONTRÉGIE.

Cuisinier de profession, Bernard décrit son parcours comme « plutôt atypique ». Disons qu'il rêve de pouvoir conjuguer les bons ingrédients afin de contribuer à la recette du rétablissement de ses pairs. Il est devenu intervenant pair aidant certifié en 2010 et a été intervenant à la ressource Le Sympathique à Québec de 2010 à 2011. Il est depuis déménagé en Montérégie. Bernard participe à diverses associations communautaires depuis plusieurs années. « Faire partie du Conseil d'administration des Porte-Voix du Rétablissement est un honneur pour moi », conclut-il. L'honneur est pour nous...

JULIE TANSEY,
ADMINISTRATRICE, MONTRÉGIE.

Julie a reçu un diagnostic d'agoraphobie et de trouble panique à l'âge de 14 ans. Elle a dû être

hospitalisée durant de nombreux mois et prendre des médicaments de façon quotidienne. Elle a également fait face à plusieurs années d'instabilité, plus de 30 déménagements et 8 écoles différentes pour terminer ses études secondaires. Malgré tout, elle a réussi à obtenir son diplôme à temps. C'est le passé tumultueux de Julie qui lui a permis de devenir la personne qu'elle est maintenant. C'est une femme déterminée dont la passion est d'aider les autres qui sont aux prises avec des difficultés similaires. Elle donne des conférences en santé mentale et œuvre bénévolement auprès de plusieurs organismes. Elle est membre de la Table de concertation en santé mentale de Longueuil et siège sur les conseils d'administration du Réseau d'Habitations Chez Soi et du Centre de Femmes du Haut-Richelieu. Elle a également travaillé comme facilitatrice pour l'Association canadienne de santé mentale de Wood Buffalo, en Alberta. Une des plus grandes victoires de Julie a été lorsqu'elle a enfin réalisé sa première entrevue télévisée au réseau TVRS de Longueuil. Le parcours de Julie fait preuve de beaucoup de courage et de persévérance. Elle attribue ses succès à son optimisme et à sa force intérieure.

MERCÌ À DEUX DE NOS PIONNIERS!



L'Association était quelque peu dans le besoin lorsque je suis allé voir Luc afin de savoir s'il accepterait de revenir au Conseil d'administration des Porte-Voix du Rétablissement, dont il avait été l'un des co-fondateurs et le premier président il y a déjà presque 10 ans. Seul employé à la barre de l'Association, financement à peine suffisant pour garder la tête hors de l'eau, je devais être à la fois gestionnaire, porte-parole public, représentant aux tables, tête chercheuse de fonds et de talents, formateur et créateur de contenu, rassembleur des troupes alors que le membership avait décuplé depuis ma rentrée au poste de DG en 2010. Luc avait vécu une situation à peu près similaire avec l'APUR, envers et contre tous, et je me disais qu'il saurait m'accompagner vers la fin de notre phase de démarrage organisationnelle.

C'est ce qu'il a fait. Et plus encore, lorsqu'il a accepté de reprendre la présidence quelque temps plus tard. Solidaire, compétent, disponible, convaincant et usant

de ses contacts lorsque la situation l'exigeait, il nous a beaucoup aidé à faire de notre Association ce qu'elle est aujourd'hui. D'ailleurs, le Projet Rétablissement est né d'un téléphone de Luc, qui me reflétait un contact personnel au sein de l'ARIHQ pour me donner un contrat potentiel de consultant alors que l'Association ne me garantissait alors, en 2012, qu'un emploi à temps partiel pour lequel j'étais sans salaire depuis 2 mois car l'entrée des subventions prenait du retard. Et personnellement, je n'aurais pas pu traverser sans lui, voire survivre, l'année 2014-2015 et toutes ses épreuves. Oui, merci Luc!



Nous sommes un petit réseau. Tout le monde ou à peu près sait que nous formions un couple qui n'est plus depuis la fin 2014. Oui, Nath m'a manqué. Mais l'Association ne sait pas jusqu'à quel point elle a manqué sa co-fondatrice et ex-présidente depuis 2014. Travaillant dans l'ombre, Nathalie Lagueux a été d'un soutien

bénévole de tous les instants par ses conseils, sa vaste expérience, ses contacts et le jus de bras, aussi. Elle avait son Asso dans les tripes. Et l'Asso lui doit beaucoup. Malheureusement, nous n'avons pas encore réussi à redonner son bébé, Pairs Aidants Réseau dont elle est fondatrice, au mouvement usager. Mais ce n'est que partie remise, quoique ce sera plus ardu sans elle à bord.

Car oui, Nathalie a quitté l'AQRP et son bébé en 2015, mais n'écoutez pas les ragots de ceux qui la croient hors combat. L'ex itinérante et la résilience ne font qu'un. En doutiez-vous? Très récemment, elle brillait de tous ses feux à Montréal, invitée qu'elle était à former près de 200 intervenant(e)s de la DPJ de la métropole, à partir de ses compétences de travailleuse sociale et de son savoir expérientiel de mère à qui autrefois on avait retiré ses petits jumeaux. J'ai eu accès aux rapports d'évaluation... Doit-on être surpris des résultats? Oratrice magnétique au contenu pertinent et ultra compétente, Nathalie a reçu une rétroaction des plus enthousiastes d'un auditoire qui aurait pourtant pu être hostile. Welcome back!

Et au nom de toute l'Asso, oui, merci Nath!

SYLVAIN D'AUTEUIL, DIRECTEUR GÉNÉRAL



EN BREF...

NOUVELLES DE LA CONFÉRENCE NATIONALE SUR LE SOUTIEN PAR LES PAIRS



La semaine dernière se tenait la 2^e Conférence nationale sur le soutien par les pairs à Toronto et nous y étions pour présenter les travaux de notre Association pour la valorisation du savoir expérientiel et son utilité dans l'amélioration de nos services en santé mentale. Constat : aucune association de notre type, d'envergure provinciale, ne semble exister au Canada. Nos outils et notre modèle d'affaires font l'envie de plusieurs!

SANTÉ ET BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL



CETTE PHOTO EST PUBLIÉE AVEC LA PERMISSION DU MAGAZINE AVANTAGES.

Le 5 novembre dernier à l'Hôtel Fairmount Reine-Elizabeth à Montréal se déroulait le Colloque santé mentale 2015 organisé par la revue électronique *Avantages*, spécialisée en ressources humaines, de la compagnie Rogers. Parmi les 4 conférenciers invités, en tête d'affiche pour ouvrir le bal était invité Sylvain d'Auteuil, directeur de notre association. Plusieurs opportunités dans le secteur privé pointent à l'horizon. ■

Parmi les autres dossiers sur lesquels nous planchons à des tables consultatives et décisionnelles, une coalition pour la refonte de la loi P-38 et une autre pour faciliter l'accès à la psychothérapie, ainsi que la mise sur pied par le MSSS d'un Guide d'accompagnement pour la mise en application d'une mesure du PASM 2015-2020 concernant la participation citoyenne dans le Réseau.

NOUS VOULONS VOUS LIRE

Vous aimez manier la plume? Offrez-nous vos textes, nous désirons réserver un espace pour que nos membres puissent s'exprimer lors de chaque parution de l'Infolettre. Idem si vous désirez émettre des suggestions pour l'Association, nous informer ce qui se passe dans votre région ou encore nous donner des idées de thématiques à explorer dans ce bulletin. N'hésitez pas et écrivez-nous au : lesporte-voix@hotmail.com

FORMATION EN PARTICIPATION CITOYENNE

Il est temps de s'inscrire à l'excellente formation gratuite (y compris transport et hébergement au besoin) que notre Association offre à toute personne désirant s'impliquer comme représentant, militant et/ou porte-parole. La formation aura lieu en juin prochain (date et lieu à confirmer). Au plaisir de vous y rencontrer! Pour plus d'information, contactez-nous au (514) 249-8675 ou au : lesporte-voix@hotmail.com



LES PORTE-VOIX
DU RÉTABLISSMENT

TÉLÉPHONE : (514) 249-8675
COURRIEL : LESPORTE-VOIX@HOTMAIL.COM
SITE WEB : LESPORTE-VOIX.ORG