

Volume 10 // Numéro 2 // Automne 2015

10 ANS!

# équilibre



Résister au désenchantement  
**S'ENGAGER!**



Association canadienne  
pour la santé mentale  
Montréal

# Résister au désenchantement S'ENGAGER!

Comment nourrir l'engagement social? Comment composer avec les sentiments d'indignation, voire de résignation, provoqués par les politiques néolibérales? Quelles pistes d'action peuvent nous permettre, non seulement de résister au désenchantement, mais surtout de reconstruire des solidarités? L'engagement ne favorise-t-il pas une bonne santé mentale, puisque grâce à lui, chacun peut trouver une cohérence entre sa vie intérieure et sa vie en société?

Autant de questions qui ont jeté les bases du colloque de l'ACSM-Montréal *Résister au désenchantement... S'engager!*, qui s'est tenu le 3 octobre 2014. Provenant des milieux institutionnel, communautaire et du mouvement étudiant, plusieurs conférenciers y ont partagé leur vécu et leurs inspirations quant à l'engagement. Un espace de ressourcement qui a permis aux participants d'enrichir leurs réflexions et d'entrevoir différentes pistes d'action pour stimuler l'engagement et lutter contre la tendance au repli individualiste.

Dans ce numéro d'*Équilibre*, nous vous donnons accès à la richesse de ces présentations en publiant les textes que les conférenciers nous ont soumis. Le dernier article constitue une lecture complémentaire aux textes des conférenciers, posant un regard différent sur la question de l'engagement à travers une analyse sociologique et historique.

## Table des matières

5	Équilibre... 10 ans déjà!
7	Même les médecins peuvent s'engager!
60	Au coeur de l'Association
64	Devenez membre de l'Association
65	Commandez vos publications de l'Association
66	À l'intention des auteurs
<b>Suggestions de lecture</b>	
7	Privé de soins. Contre la régression tranquille en santé
17	Derniers fragments d'un long voyage
25	Kuessipan
33	Les femmes changent la lutte : Au coeur du printemps québécois
41	Emprunter aux oiseaux
47	Le mystère Alzheimer : L'accompagnement, une voie de tendresse et de compassion
49	Magazine L'Itinéraire : Je partage, tu partages, nous partageons... et vous?
53	Commun. Essai sur la révolution au XXI <sup>e</sup> siècle

**LE MAGAZINE ÉQUILIBRE RESPECTE L'ENVIRONNEMENT!** Le magazine *Équilibre* est imprimé sur papier certifié FSC, contenant 10 % de fibres recyclées post-consommation et de fibres provenant de forêts bien gérées, fabriqué selon un procédé sans chlore.

### Mission

L'ACSM-Montréal est un organisme sans but lucratif dont la mission est la promotion et la prévention en santé mentale.

### Présidente

Karen Hetherington

### Directrice générale

Diane Vinet

### Membership

En devenant membre, vous recevrez *Équilibre* gratuitement. En outre, vous pourrez participer aux différentes activités de l'Association telles que colloques, conférences et formations à un tarif réduit. Pour ce faire, faites parvenir un chèque au montant de :

- Entreprise à but lucratif: 50 \$
- Organisme public: 40 \$
- Ressource communautaire: 35 \$
- Personne rémunérée: 40 \$
- Personne non rémunérée et étudiant: 20 \$

À l'ordre de :

ACSM-Montréal

55, avenue du Mont-Royal Ouest, bureau 605  
Montréal (Québec) H2T 2S6

Tél. : 514 521-4993

Télééc. : 514 521-3270

Courriel : [acsmtl@cooptel.qc.ca](mailto:acsmtl@cooptel.qc.ca)

Site Web : [www.acsmontrreal.qc.ca](http://www.acsmontrreal.qc.ca)

Facebook.com/ACSM.Montreal

### Équilibre

Cette publication est le journal officiel de l'ACSM-Montréal. Il est un outil privilégié de communication et d'information entre les partenaires du secteur de la santé mentale. Il favorise l'échange d'idées afin de promouvoir la santé mentale et l'acceptation pleine et entière des personnes ayant des problèmes de santé mentale.

Les articles n'engagent que les auteurs et ne reflètent pas nécessairement la position officielle de l'ACSM-Montréal, à moins que ce ne soit indiqué. Toute reproduction est permise en mentionnant la source complète. Afin de faciliter la lecture, le masculin est utilisé à titre épique.

### Éditeur

Association canadienne pour la santé mentale  
Filiale de Montréal

### Coordonnateur de l'édition

Mathieu Pigeon

### Comité éditorial

Cathy Bazinet  
Diane Vinet  
Karen Hetherington  
Mathieu Pigeon  
Valérie Coulombe

### Direction artistique

Jonathan Rehel

### Graphisme

Jonathan Rehel

### Impression

Imprimerie GG inc.

### Photos

[www.dreamstime.com](http://www.dreamstime.com)

[www.istockphoto.com](http://www.istockphoto.com)

### Tirage

700 exemplaires

Dépôt légal – 4<sup>e</sup> trimestre 2015

Bibliothèque nationale du Québec

Bibliothèque nationale du Canada

ISSN 1718-1445

Un organisme appuyé par

Santé  
et Services sociaux  
Québec



Centraide  
du Grand Montréal

## 8 30 ANS DE PRATIQUE, CE QUI SOUTIENT MON ENGAGEMENT

Lucie Biron

Figure emblématique de l'engagement, la travailleuse sociale accompagne la souffrance et construit du sens à travers les failles du social et les fragilités individuelles. Pour que son engagement envers l'Autre perdure, il doit s'ancrer dans une conscience existentielle particulière.



## 22 LE PRÉCIEUX POUVOIR DE L'INCONSOLABLE

Manon Barbeau

Processus d'affirmation, pouvoir de transformation et de résilience, la création artistique peut constituer une forme d'engagement social, pour donner voix à l'inconsolable et rendre visible l'invisible.



## 28 MOBILISER LES JEUNES EN 2014 : MÉDIAS SOCIAUX OU RENCONTRES EN FACE À FACE ?

Martine Desjardins

Les médias sociaux représentent-ils la panacée pour mobiliser les jeunes de nos jours ? À partir de l'exemple de la mobilisation étudiante de 2012, l'auteure analyse cette question et cerne les défis à relever pour le futur.



## 36 S'ENGAGER, UNE FIN EN SOI ?

Ouanessa Younsi

Différentes dimensions de l'engagement social sont ici mises en lumière, de façon poétique, à travers le récit d'une expérience intime d'engagement, celle de l'auteure auprès de sa grand-mère atteinte d'Alzheimer.



## 44 BALUCHON ALZHEIMER, UNE FORME INÉDITE D'ENGAGEMENT

Marie Gendron

Un court historique de la création de l'organisme Baluchon Alzheimer, qui vient en aide aux proches aidants de personnes atteintes d'Alzheimer, et qui démontre bien que l'engagement durable est possible.



## 48 L'ÉVOLUTION DES CAMELOTS

Gabriel Bissonnette

Écrit par un camelot d'expérience du magazine *L'Itinéraire*, ce billet trace les contours de cette forme d'engagement social, qui sert aussi de tremplin vers la réinsertion sociale.



## 50 L'ENGAGEMENT SOCIAL SE NOURRIT D'ENCHANTEMENT ÉTHIQUE

Jean-Marc Fontan

À l'aide d'une analyse sociologique et historique, ce texte situe l'appel à l'engagement social dans une direction éthique particulière, qui va au-delà des principes et valeurs hérités de la modernité.



# 30 ANS DE PRATIQUE, CE QUI SOUTIENT MON ENGAGEMENT

LUCIE  
**BIRON**

*Travailleuse sociale et  
psychothérapeute*

**RÉSEAU PUBLIC DE LA SANTÉ  
ET DES SERVICES SOCIAUX**

*J'exerce le métier de travailleuse sociale depuis 30 ans, au centre-ville de Montréal. J'aime encore mon travail. Je l'aime même de plus en plus.*

*Il y a quelques années, quand j'ai écrit sur le thème de la fatigue d'être intervenant, plusieurs m'ont demandé par la suite ce qui, personnellement, me permettait de ne pas m'épuiser. Eh bien, je crois que pour durer dans nos métiers il faut du souffle et un ancrage qui nourrit ce souffle.*



C'est ce que j'ai essayé de cerner et que je vais partager avec vous aujourd'hui. Je le fais avec humilité puisque chaque chemin est différent, singulier. Je le fais tout de même parce que je suis reconnaissante à chaque fois que quelqu'un témoigne de ce qui l'anime. C'est une occasion de dire merci à ceux et celles que j'ai lus ou rencontrés et qui m'ont beaucoup donné. L'auteure Christiane Singer (1996, 2001) parle d'un devoir d'honorer la dette que nous avons envers ceux qui nous ont inspirés et conduits

vers le meilleur de nous-mêmes (Singer, 2001).

Tout d'abord, je dois dire que dans le passage vers l'âge adulte, j'ai été fortement confrontée aux questions du sens de la vie. Je n'ai jamais été suicidaire, mais j'ai senti le goût de vivre me désertier quand, à certains moments, j'ai eu le sentiment d'être prisonnière de la futilité, des attentes présumées des autres, d'une trop grande pression. Pour conserver le goût de vivre, ma vigilance est toujours restée nécessaire, comme une boussole,