

LERACQONTEUR

BULLETIN D'INFORMATION DU REGROUPEMENT DES AUBERGES DU COEUR

NUMÉRO 8 - ÉTÉ-AUTOMNE 2017

PROJET DES OUTILS POUR L'AUTONOMIE NUMÉRO SPÉCIAL



Les Auberges
du cœur

Découvrez les Auberges
à travers les saines habitudes de vie

30 ans au service des jeunes en difficulté

Par Johanne Cooper,

Présidente du Regroupement des Auberges du cœur du Québec

Cette année, on a le cœur à la fête. Le Regroupement des Auberges du cœur célèbre ses 30 années d'existence. En 2017, le Regroupement compte 29 membres (ben oui, nous aussi on aurait aimé ça en avoir 30 pour le trentième!) et il est plus actif que jamais, mais rappelons-nous un peu....

Cette aventure a pris naissance dans la volonté de neuf maisons d'hébergement jeunesse de se regrouper afin d'unir leurs forces. Ces organisations voulaient, au-delà de la réponse immédiate offerte aux jeunes vivant des difficultés et des situations d'itinérance, travailler en amont et tenter de trouver des solutions à ce qui était à l'origine du phénomène de l'itinérance jeunesse.

Trois ans plus tard, une vingtaine d'organisations formaient le Regroupement des maisons d'hébergement jeunesse du Québec. Soutenir un dialogue constant auprès des gouvernements afin de faire reconnaître l'importance de l'œuvre des maisons d'hébergement jeunesse et tenter d'assurer la survie financière de ces dernières était déjà tout un mandat ! Cependant, c'était bien mal connaître cette organisation qui avait de bien plus

grandes ambitions. Rapidement le Regroupement a su donner une âme commune à des organisations qui, en apparence, semblaient bien distinctes.

Se regrouper pour être plus fort, tout était dans cette affirmation, et c'est ce à quoi le Regroupement s'est affairé. Malgré nos différences, nous avons des dénominateurs communs. Les quatre murs de nos maisons? Sûrement! Mais surtout, nous partageons nos valeurs, nos pratiques d'interventions, nos convictions et notre engagement auprès de la jeunesse. Toutes ces similitudes ont conduit à une réflexion qui nous a menés à nous doter, à partir de 1994, d'une appellation commune, nous sommes devenues des Auberges du cœur. Et cinq années plus tard, le nom du Regroupement changeait officiellement pour devenir Le Regroupement des Auberges du cœur du Québec.

Le «cœur», cet organe vital, devenait notre image commune. On ne pouvait espérer meilleur symbole pour nous représenter, nous qui n'en manquions pas, ni au niveau de nos valeurs, ni dans nos actions. Cette appellation qui nous distingue des autres hébergements jeunesse est cependant plus qu'un nom, elle nous définit comme une famille,

une famille unie qui s'entraide dans les tempêtes et qui travaille de concert pour mettre en place de grandes choses.

Durant ces 30 ans, on ne peut pas dire que nous ayons chômé. Les réalisations sont grandes, la reconnaissance et la notoriété qui nous est accordée par différents milieux et par le public sont immenses. Oui, il y a encore et toujours des jeunes en difficulté et en situation d'itinérance, même si depuis 30 ans nous travaillons à contrer ce phénomène. Chaque décennie apporte l'émergence de nouvelles problématiques, mais notre capacité d'adaptation nous permet de trouver rapidement des réponses adéquates et d'aider plus de 3000 jeunes annuellement à améliorer leur qualité de vie.

Parlant de reconnaissance, je vous donne juste un petit avant-goût de ce qui vous attend dans ce numéro. Nous avons soumis un projet dans le cadre de la Stratégie d'action jeunesse 2016-2021 qui a été accepté par le Secrétariat à la jeunesse. Ce projet nous amènera à développer encore davantage nos outils d'accompagnement vers l'autonomie de ces jeunes.

Longue vie au Regroupement des Auberges du Cœur et bonne lecture.

Partenariat Secrétariat à la Jeunesse et Auberges du cœur

Des outils pour l'autonomie pour les jeunes

Par Rémi Fraser

Regroupement des Auberges du cœur du Québec

L'automne dernier, le Secrétariat à la jeunesse, par la voix du Premier ministre Philippe Couillard, lançait la Stratégie jeunesse 2016-2021 du gouvernement du Québec. Pour la première fois, le Regroupement des Auberges du cœur y trouvait une place comme partenaire en vue de favoriser chez les jeunes le développement de meilleures habitudes de vie concernant l'alimentation, l'activité physique, les comportements à risque, la santé mentale et les rapports égalitaires.

Si pour plusieurs, les saines habitudes de vie ont une connotation moralisatrice (Fais ceci! Ne fais pas cela!), les Auberges du cœur font le choix d'une approche fondée sur l'autonomie des jeunes et le développement du pouvoir d'agir (empowerment). C'est d'abord sur la capacité des jeunes à faire des choix et à les mettre en action en vue de réaliser les objectifs qu'ils se donnent que les Auberges du cœur fondent leur mission et c'est en conformité avec cette mission qu'elles apportent leur contribution à la Stratégie jeunesse gouvernementale.

Ainsi, le projet permettra aux jeunes de faire des choix en fonction de leur équilibre personnel et leur

capacité à se mettre en action, à déconstruire certains modèles de comportement, à créer des liens durables et soute-



Marc-André Bélanger, coordonnateur du projet.



Lors de la Journée des inters, un groupe de volontaires nous rappellent les cinq thématiques du projet « Des outils vers l'autonomie ». Et nous rappellent que nous sommes tous ensemble dans ce même bateau!

nants et, enfin, à avoir accès à des ressources bien adaptées et disponibles à court et long termes.

1er niveau : Les ateliers

Plus concrètement, le projet est conçu comme une maison à étages. Le premier, le socle soutenant les autres, consiste à doter

le Regroupement d'un programme d'ateliers et d'activités collectives structurées développées à partir de l'expérience de chacune des Auberges participantes. C'est une œuvre « collective » à laquelle chaque membre aura accès en fonction de ses objectifs et besoins pour mieux soutenir et outiller leurs jeunes résidents et ex-résidents.

suite de la page 3

2e niveau : Les laboratoires

Le second consiste en des « laboratoires » où les Auberges du cœur se formeront et expérimenteront de nouvelles perspectives et approches face à des problématiques émergentes (radicalisation, transsexualité, etc.). Ces laboratoires donneront lieu à des recommandations en matière d'intervention adaptée aux besoins des jeunes.

3e niveau : des outils de communication

Le troisième, qui donne son titre au projet, consiste à offrir ou rendre disponibles aux jeunes, particulièrement au sortir de leur séjour, des outils pour mieux ren-

forcer leur autonomie. Ces outils prendront la forme d'un livre de recettes des Auberges ou créées par les jeunes eux-mêmes, de livrets sur des sujets les concernant, d'un site Web pratique sur les thèmes liés aux saines habitudes de vie et, enfin, d'une application mobile rendant immédiatement accessibles des informations et des ressources en cas de problèmes rencontrés ou de défis à relever. Ces outils seront rendus disponibles non seulement aux jeunes de chez nous, mais à tous ceux et celles qui souhaitent y avoir accès ou les utiliser.

4e niveau : la collecte d'information

Enfin, pour les Auberges et le Regroupement, on mettra en place un outil de collecte de don-

nées permettant, à partir de l'évaluation et les commentaires des jeunes eux-mêmes, d'améliorer constamment nos pratiques d'intervention collective et nos outils.

Gagnant-gagnant



À cet égard, le partenariat développé avec le Secrétariat à la jeunesse établit des assises solides pour améliorer la situation des jeunes vivant des difficultés et renforcer notre capacité à les soutenir. C'est, comme tout bon partenariat, une formule gagnant-gagnant.

Enfin, pour les Auberges et le Regroupement, on mettra en place un outil de collecte de don-

Journée des inters 2017

La réalisation de ce projet repose en grande partie sur le travail des intervenants des Auberges du cœur qui devront créer, animer et évaluer de nombreux ateliers. C'est pourquoi la Journée des inters 2017 était une édition spéciale consacrée au projet.

Durant deux jours, une centaine d'intervenants ont échangé, sur les besoins et la réalité des jeunes et ont partagé sur leur expertise en la matière. À la fin des deux jours, en sous-groupes, ils et elles ont travaillé à des chantiers pour développer de nouveaux ateliers.



1er Laboratoire La réalité des personnes trans

Par Isabelle Gendreau

Regroupement des Auberges du cœur du Québec

L'année 2016 aura été une année marquante au Québec pour la réalité trans. On voit différents lieux publics qui n'identifient plus leurs toilettes en fonction du genre. La loi 103, adoptée à l'unanimité à l'Assemblée nationale du Québec, a reconnu le droit à des ados d'apporter un changement à leur certificat de l'état civil pour modifier leur identification de genre.

Dans les Auberges du cœur, c'est une réalité de plus en plus présente à laquelle chaque Auberge trouve une réponse selon le cas par cas. Pour les personnes trans en situation de grande précarité, il est souvent difficile de trouver un hébergement qui les accueille. C'est un enjeu clairement identifié par les personnes trans et leurs associations, car les conditions d'accueil sont généralement fondées sur une identité binaire homme/femme basée sur le sexe biologique. Un beau défi à explorer pour ce premier Laboratoire du projet «Des outils pour l'autonomie».

Auberge non mixte, Auberge avec une aile pour filles et une aile pour gars, et des chambres d'Auberge où les personnes co-habitent selon leur genre, ce sont quelques exemples qui démontrent comment l'identité fondée sur le sexe biologique définit beaucoup de choses dans les Auberges du cœur, comme dans notre société.

C'est pour cette raison que le Regroupement des Auberges du cœur du Québec a invité Gabriel, jeune homme trans et stagiaire à Action Santé Transvesti(e)s et Transsexuel(le)s du Québec, pour donner aux Auberges une formation sur la réalité trans. Gabriel a témoigné de son parcours et a donné aux Auberges différents trucs sur la façon d'intervenir avec les personnes trans. Une présentation préparée conjointement avec Ambre Leserre, intervenante à l'Auberge du cœur Le Tournant, qui a été hautement appréciée. Ambre explique que la présentation visait à déconstruire les préjugés. Gabriel a su dédramatiser la situation tout en étant très concret dans ses multiples exemples. Pensons notamment aux questions et commentaires à éviter lorsqu'on s'adresse à un homme trans (ex. comment va ta poitrine? Tu seras toujours une fille dans mon cœur..., etc.)

Les comportements à adopter

- Validez le questionnement ou l'identité
- Demandez les pronoms
- Évitez les questions indiscrettes
- Identifiez les personnes de confiance (Support social)
- Assurez sa sécurité

Source : «Trans 101», présentation de Gabriel Galantino, stagiaire, ASTT(e)Q : Action Santé Transvesti(es) et Transsexuel(le)s du Québec. Tél. 514-847-0067 p.207

Isabelle Renaud, coordonnatrice de l'intervention au Tournant, a été très interpellée par les propos de Gabriel. Dans les jours qui ont suivi, des changements ont été apportés à la politique d'accueil de cette Auberge du cœur pour «hommes adultes seulement» afin d'accueillir les hommes trans. «Nous hésitions à accueillir des hommes trans pour des questions de sécurité; finalement, on les stigmatisait sans le vouloir, explique-t-elle. Si la personne se considère comme un homme, c'est ça qui doit primer et ensuite on leur explique qu'ici ce sont des chambres partagées par deux hommes et si cela lui convient, il est le bienvenu.»

Explorer des réalités émergentes et expérimenter de nouvelles pratiques en fonction de l'évolution des besoins des jeunes, voilà l'objectif que les Auberges du cœur veulent atteindre avec leurs laboratoires d'expérimentation. Quelle sera la suite de ce premier laboratoire? Un projet-pilote de formations sera mené dans une dizaine d'Auberges du cœur par la Coalition montréalaise des groupes jeunesse LGBT.

À ajouter à votre boîte à outils



- «Je me réfère. Un guide de santé et de survie pour les personnes trans du Québec», ASTT(e)Q
- «Je m'engage. Un manuel pour les professionnels en santé et services sociaux qui travaillent avec des personnes trans» ASTT(e)Q
- «Glossaire élémentaire des réalités trans», Société canadienne du sida

LE DÉFI DE LA PRÉVENTION AU SQUAT BASSE-VILLE

Par Maxime Rainville

Auberge du cœur Espace vivant/Living room (Cowansville)

Voyons voir comment le SQUAT Basse-Ville, nouvellement membre du Regroupement, qui héberge et accompagne principalement des jeunes en fugue et en situation de grande précarité, intègre les saines habitudes de vie et la prévention de comportements à risque dans son intervention. Votre reporter, pétant de santé, a réalisé une entrevue avec Véronique Girard, directrice générale de cette Auberge du cœur située dans le quartier St-Roch à Québec.



Q: Quels sont les services du SQUAT Basse-Ville?

R : Le SQUAT possède 2 volets d'intervention, il y a la maison d'hébergement pour les 12-17 ans, et des logements sociaux pour les 18-25 ans. Dans la maison, il y a le séjour d'urgence, ce sont des ados en fugue qui peuvent venir pour 3 nuits et il y a le séjour régulier où les jeunes peuvent demeurer pour quelques semaines. Dans les logements sociaux, ce sont des adultes et ils peuvent demeurer plusieurs mois. Un travailleur de rue fait aussi partie de l'équipe.

Q: Comment intégrez-vous les saines habitudes de vie chez vos jeunes résidents? Le fait que le SQUAT accueille des mineurs et des jeunes adultes, est-ce que ça rend le défi plus complexe?

R : Une chose est importante à comprendre, les jeunes adultes des logements sociaux et les jeunes ados de la maison ne peuvent pas interagir ensemble, même s'ils fréquentent le même immeuble. Juste cet aspect est un défi. Les jeunes en fugue

qui sont en séjour d'urgence passent 3 nuits à l'Auberge, et, par après, doivent quitter pour 5 jours avec possibilité de visite pour répondre aux besoins de base, sauf dormir. C'est difficile d'aborder en profondeur le sujet des saines habitudes de vie dans une si courte période. Pour ces jeunes, les saines habitudes de vie passent par les besoins de base : manger des repas sains, dormir au chaud en toute sécurité, se doucher et laver son linge. Avec les jeunes mineurs en séjour régulier, il est possible d'approfondir davantage puisque leur séjour est plus long. Selon leurs besoins, les saines habitudes de vie prennent un sens différent. Par exemple, apprendre à budgéter, faire plus d'activités physiques, etc. Avec les jeunes adultes en logements sociaux, nous avons plus de temps (leur entente de séjour de trois mois peut être renouvelée jusqu'à l'âge de 25 ans), donc c'est possible d'aller encore plus loin. Les saines habitudes de vie peuvent signifier à long terme: instaurer une routine de vie plus saine, acquérir une autonomie résidentielle, développer leur esprit critique ou leur sens de l'organisation.

Q: Avez-vous adopté une approche particulière pour sensibiliser les jeunes du SQUAT aux saines habitudes de vie?

R : Le fait d'accueillir des ados en fugue signifie que le SQUAT tolère la fugue, un comportement à haut risque. L'approche de la réduction des méfaits est alors priorisée, donc la définition des saines habitudes de vie n'est probablement pas la même que pour d'autres contextes d'intervention. Par exemple, on distribue des kits d'injection et de condoms tout en faisant de la prévention autour de la consommation de drogues et des relations sexuelles non protégées. De plus, dans l'approche du SQUAT, la transparence avec le jeune est essentielle afin de créer un lien significatif. À titre d'exemple, le SQUAT n'héberge pas un individu qui a un mandat d'arrestation, c'est une entente non-écrite avec le service de police et le Centre Jeunesse de



Véronique Girard, directrice générale du SQUAT Basse-Ville

Québec. Le jeune en sera informé, et s'il collabore, le SQUAT, à moins que la vie de quelqu'un soit en danger, n'avisera pas les policiers.

Q: Quels sont les défis de tous les jours auxquels l'équipe du SQUAT est confrontée?

R : Le fait d'accepter de « lâcher prise » sur certaines choses représente un défi. À titre d'exemple, pour une adolescente en fugue depuis plusieurs jours, qui a un vécu particulier, prendre une douche dans une ressource inconnue ne fait pas partie de ses priorités et peut être angoissant. Il faut savoir le comprendre et l'intégrer dans l'intervention. Favoriser de saines habitudes de vie ne doit pas se faire au détriment du lien que les intervenants essaient de créer avec la jeune. Il faut s'ajuster, s'adapter aux contextes et aux individus. C'est comme les jeunes avec des problèmes de santé mentale, ça s'est complexifié et il faut s'adapter, car sinon vers qui ces jeunes-là vont se retourner pour chercher de l'aide?

Q: Y a-t-il d'autres éléments qui font en sorte que votre intervention sera positive auprès des jeunes? À l'inverse, y a-t-il des éléments négatifs?

R : L'établissement du lien de confiance est primordial, mais le respect du rythme du jeune est aussi essentiel. L'intervenant est là pour amener le jeune à faire ses propres choix selon ses besoins et ses désirs. Dans plusieurs cas, la personne que nous

tentons d'aider a eu plusieurs intervenants dans son passé. Ce n'est donc pas facile de faire en sorte que ces jeunes-là soient mobilisés et nous fassent confiance.

Q: Pour mener à bien sa mission, avec quels partenaires le SQUAT est amené à collaborer?

R : Comme plusieurs organismes communautaires, le SQUAT participe à diverses tables de concertation. En accueillant des ados en fugue, une collaboration particulière est faite avec le Centre Jeunesse et le Service de police de Québec. Cette entente est non-écrite, mais elle permet au SQUAT de réaliser sa mission sans confusion avec ces institutions. Le service de police préfère, par exemple, savoir qu'un jeune déclaré en fugue est au SQUAT en sécurité que de le chercher 3 jours dans la rue. Les travailleurs de rue représentent aussi des partenaires privilégiés, ils réfèrent et accompagnent des jeunes au SQUAT.

Q: Selon toi, comment un organisme communautaire autonome comme le SQUAT réussit à garder son approche alternative

R : Surtout dans les institutions, il y a beaucoup de travail à faire auprès des intervenants de première ligne. C'est à eux, la plupart du temps, qu'il faut expliquer la mission du SQUAT



Un aperçu des espaces communs

et les ententes de collaboration; ils ne sont pas toujours d'accord avec la façon de faire. L'idée est d'entretenir un bon lien avec des fonctionnaires haut-placées, ces personnes avec qui les ententes ont été discutées. Assurément, elles vont aider le SQUAT dans la promotion de leurs services auprès des nouveaux employés. Mais généralement, ce sont les mêmes personnes qui réfèrent au SQUAT, et elles connaissent bien la ressource.

Q: Avez-vous des projets pour les prochaines années?

R : Je reviendrai plutôt sur ce qui vient d'être accompli. De 2007 à 2012, s'est étalé le projet déménagement dans nos nouveaux locaux. Ensuite, sont venus les problèmes de financement qui ont mené à la fermeture partielle des services en 2013. Il y a eu beaucoup de changements depuis ce temps, mais ce n'est qu'en 2016 que le SQUAT a pu ouvrir à nouveau 24/7. Le SQUAT va mieux, et c'est en soit une belle réalisation, car ce sont quand même 200 jeunes qui sont rejoints annuellement par les divers services de l'organisme.

L'ESTIME DE SOI Dans une Auberge pour jeunes filles

Par Chantal Larouche

Maison Richelieu Hébergement Jeunesse, une Auberge du cœur (Québec)

Fondement même du bonheur et de l'harmonie intérieure, l'estime de soi constitue l'une des assises de la santé mentale et de l'équilibre psychologique d'un individu. Ce concept, désignant le sentiment que l'on éprouve relativement à notre valeur en tant qu'être humain, représente le rapport entre ce que nous sommes réellement et l'idéal que l'on se fait de nous-mêmes.

L'estime de soi se développe dès la petite enfance et évolue tout au long de la vie. Les parents, les enseignants et toutes les personnes significatives entourant le jeune contribuent à l'édification de son estime de soi. Tel un miroir, c'est par l'image que lui reflète son environnement que l'enfant développe ses perceptions et établit ses croyances. Le jeune poursuit la construction de son identité au cours de son adolescence, période où les relations amicales et amoureuses viennent élargir son espace social et parfois agir comme des déterminants.



Chantal, lors du spectacle «Mon identité, ma liberté».

Accueillant des jeunes filles mineures vivant des difficultés personnelles, familiales et sociales, nous intervenons directement sur la question des saines habitudes de vie, souvent précaires ou réduites chez ces adolescentes en besoin d'aide. Un nombre élevé d'entre elles présentent une faible estime d'elles-mêmes et vivent de la détresse psychologique.

Depuis 2010, l'équipe de la Maison Richelieu Hébergement Jeunesse a inscrit dans sa pratique la réalisation de projets associatifs jeunesse favorisant le développement du pouvoir d'agir chez les jeunes. Les participantes acquièrent ici des compétences, développent leur participation, leur estime de soi, ainsi que leur conscience critique. Notre Auberge du cœur devient en quelque sorte un point d'ancrage favorisant l'acquisition chez ces jeunes de meilleures habitudes de vie et d'une plus grande autonomie personnelle et sociale.

Beauté et image corporelle, messages sociaux, préjugés et stéréotypes, estime et affirmation de soi, identité personnelle et collective sont parmi les thèmes abordés dans le processus de création du projet Mon identité, ma liberté. Des ateliers de



Extrait du spectacle «Mon identité, ma liberté».

sensibilisation et de création, des rencontres de professionnelles du métier, des pratiques régulières de danse, de yoga, de marche sur musique rythmée, ont meublé plusieurs de nos soirées au cours des derniers mois.

Derrière le décor, à une étape ou l'autre de la démarche, plus de 80 jeunes filles ont ainsi laissé une trace exprimant leurs valeurs, leurs idées et leurs potentiels. Une construction artistique de longue haleine riche en apprentissages, allant au-delà de la finalité, tissant un lien qui les relie à soi, aux autres et au monde.

Ces belles artisanes à la conquête de leur être et devenir nous ont donné rendez-vous sous les projecteurs le 6 mai 2017 à l'occasion d'une prestation d'envergure associant la mode à des créations de jeunes.

Une faible perception de soi chez un jeune peut affecter largement son développement et sa vie future. Une bonne estime de soi devient un facteur de protection et un levier pour accéder à de meilleures conditions de vie.

L'ESTIME DE SOI Dans une Auberge mixte

Par Yannick Kabasha

Auberge du cœur Foyer des jeunes travailleurs et travailleuses de Montréal

Au Foyer des jeunes travailleurs et travailleuses de Montréal (FJTMM), l'estime de soi représente un des enjeux centraux des défis auxquels font face les résidents et constitue une pierre d'assise de l'intervention tant individuelle que de groupe.

Fondamentalement, le manque d'estime de soi occupe une place prépondérante dans les problématiques que l'on retrouve couramment chez les jeunes qui intègrent notre ressource. À ce titre, on peut citer l'autosabotage, l'évitement, les malaises, la procrastination, l'abus ou la dépendance aux substances psychotropes, l'irritabilité, le sentiment de culpabilité, l'isolement social, l'anxiété et les affects dépressifs qui trônent en tête de liste.

L'estime de soi correspond à la cote de valeur que l'on s'attribue à soi-même, consciemment ou inconsciemment. Elle peut être faible ou forte, positive ou négative. Ce qui a un impact certain sur notre capacité à se donner droit au succès ou à l'échec, de prendre sa place ou de se l'interdire, de saisir une opportunité ou de l'abandonner, de prendre soin de soi ou de se négliger, de se récompenser ou de se punir, etc. L'estime de soi ne se construit pas sur des bases objectives. Elle est très souvent tributaire de la manière dont un être humain est investi durant son enfance et plus particulièrement dans son milieu familial.

L'estime de soi commence par le savoir dire non à ce qui ne nous convient pas. Elle s'établit sur la croyance et la confiance que l'on a en nos compétences, en notre intégrité et en notre possibilité d'être aimé. De ce fait, nous avons choisi de mettre en place des ateliers sur l'estime de soi qui favorisent essentiellement la connaissance de soi (qualités, forces, rêves, émotions, etc.), la remise en question des croyances erronées ou nuisibles et la découverte des différents modes d'affirmation de soi.



Une rencontre de jeunes dans la pièce commune FJTMM.

Le FJTMM est une ressource d'hébergement mixte qui accueille des femmes et hommes. Dans ce contexte, il est intéressant de souligner que nous observons très peu de différence entre les hommes et les femmes dans la manifestation des dynamiques liées à un déficit au niveau de l'estime de soi ou dans ses causes. Au niveau du fond et de la forme, l'enjeu de l'estime de soi occupe une place identique sans considération pour le genre des résidents. En revanche, le fait d'évoquer ce sujet au travers de discussions réunissant des résidents et des résidentes offre la possibilité

de normaliser cet enjeu de manière plus évidente dans sa dimension humaine, ce qui nous apparaît également comme une condition propice à l'approfondissement des prises de conscience, de l'échange, et de la réflexion qui peuvent être formulés sur cette thématique.

Au FJTMM, les ateliers de groupe sur l'estime de soi sont surtout orientés sur une approche cognitivo-comportementale. Ils réunissent en moyenne 4 à 5 jeunes et ils sont d'une durée d'une heure. Les inters qui animent ces ateliers laissent une grande place à l'interaction. Les échanges sont surtout axés sur la conception qu'ont les participants de l'estime de soi et des répercussions qu'elle a sur leur quotidien. L'emphase est également placée sur la mise en perspective des distorsions cognitives, la révision des critères de performance ou

des exigences démesurées que l'on s'impose et la remise en question des modes de pensées nuisibles qui contribuent à une dévalorisation de soi. On aborde également des thèmes davantage liés à la gestion des émotions, à l'affirmation de soi ainsi qu'à la connaissance de soi.

Ces ateliers sont des espaces qui permettent aux résidents de s'exprimer, d'échanger entre eux, de partager leurs points de vue, d'avoir des réflexions avec les intervenants et d'être sensibilisés à l'importance de composer positivement avec l'estime de soi.

Des contraintes à l'activité physique? Non, bien sûr que non!

Par Réjean Sauvé

Auberge du cœur Le Baluchon (St-Hyacinthe)

Petits et grands ont besoin de motivation extrinsèque pour faire de l'activité physique. Voyons les défis à relever pour intégrer l'activité physique auprès des jeunes.

Le premier défi est d'être un motivateur extrinsèque, cela signifie d'avoir un horaire fixe où l'entraînement sera encadré. Avec les jeunes, il s'agira de montrer comment réaliser les programmes et d'exécuter les mouvements, de répondre aux questions et d'être en mesure de discuter de divers sujets dont ceux en lien avec les saines habitudes de vie. En acceptant de relever ce défi, vous devenez invariablement un point de repère pour les jeunes qui pourront vous parler avec fierté de leurs performances, échanger sur leurs aspirations et leurs motivations.

Le second défi exigera de l'inter-
L'd'avoir une bonne dose d'énergie face aux jeunes, car on s'entraîne dans le « ici et maintenant », il faut donc composer avec leur énergie, leur motivation, leur personnalité, leur expérience et leurs connaissances. Que la proposition sportive soit formelle ou informelle, elle sera plus « savoureuse » dans le contexte où l'intervenant y prend du plaisir. En étant habité par une motivation intrinsèque, celle-ci va rejaillir sur les jeunes qui pourront devenir, à leur tour, des motivateurs extrinsèques pour leurs pairs.

Les bienfaits

De nombreux sports peuvent intéresser les jeunes et chaque Auberge peut faire son programme à sa couleur. À l'Auberge du cœur le Baluchon, je propose des programmes d'EIHI (entraînement

par intervalle à haute intensité) suivi d'une séance de yoga à toutes les semaines à l'intention des jeunes de la maison qui sont âgés de 12 à 17 ans. Selon beaucoup de spécialistes en matière de santé, la pratique du yoga permet de réduire l'anxiété et l'EIHI permet le dépassement de soi en plus d'accroître l'autocontrôle. Ces exercices augmentent la dose d'endorphine secrétée dans le cerveau qui aurait plusieurs effets bénéfiques sur des problématiques en santé mentale. L'intelligence kinesthésique est sollicitée à son maximum avec l'EIHI. Cette forme d'intelligence a également un impact direct sur toutes les autres formes d'intelligences. Ce type d'entraînement, s'il est pratiqué de manière régulière, aura une incidence positive sur l'estime de soi, en raison des gains sur le plan physique et de l'amélioration sur la santé globale.

De plus, terminés les coûts onéreux pour acquérir des appareils qui prennent la poussière ou l'achat de forfaits d'abonnement dans un gym qui restent dans un tiroir, le tout peut se faire dans l'environnement de votre choix (le parc de votre quartier, le terrain ou le confort intérieur de votre Auberge),

Saines habitudes de vie

En adoptant une position de motivateur extrinsèque, nous avons, comme intervenants, le privilège de permettre aux jeunes de développer au maximum leur motricité globale (force, posture et coordination). Ils auront davantage confiance dans leur capacité à développer une passion sportive et dans leur capacité à socialiser.

Le développement global a une grande influence sur le



Des jeunes du Baluchon après un entraînement avec Réjean!

développement cognitif, social et affectif des jeunes que nous hébergeons. La réalisation d'activités sportives permet d'assurer un mode de vie actif chez les jeunes le temps qu'ils sont parmi nous et, nous le souhaitons, qui perdurera dans leur quotidien après leur séjour. Les inters des Auberges ont cette grande opportunité d'être ou de devenir des modèles positifs pour les jeunes, qui par leur motivation intrinsèque, prennent plaisir à pratiquer des activités physiques avec eux et susciter des échanges sur les enjeux des saines habitudes de vie.

Mon clin d'œil en conclusion

L'intégration de l'activité physique dans le quotidien de nos jeunes n'est pas une mince affaire, mais c'est réalisable et surtout souhaitable. Être actif est une belle façon pour nos jeunes de se développer sur plusieurs plans et leur éviter des problèmes de santé. Permettez-moi un clin d'œil, chères intervenantes et chers intervenants : Et vous, êtes-vous un bon modèle pour vos jeunes en matière d'activités sportives?

En-dehors de son travail au Baluchon, Réjean a créé une page Facebook à l'intention du public sur les bienfaits de l'activité physique : www.facebook.com/lesangesdudeveloppement/

Les cuisines collectives : on en mange!

Par Marc-André Bélanger

Regroupement des Auberges du cœur du Québec

En arrivant au RACQ comme coordonnateur du projet «Des outils pour l'autonomie», un sondage avait déjà été lancé auprès des Auberges afin de dresser un portrait des ateliers touchant les saines habitudes de vie. Parmi la grande diversité des ateliers présentés par les Auberges, une activité revenait plus que les autres : la cuisine collective. Pourquoi autant d'engouement pour cette activité? Qu'apporte-t-elle comme avantages aux jeunes et aux Auberges? Pour me faire une meilleure tête sur la question, j'ai questionné quelques Auberges afin de comprendre pourquoi cette activité prend aux tripes.

Mieux qu'un party de cuisine!

Étienne, du Foyer, le dit simplement : « C'est nice de se nourrir et de partager un repas ensemble. » Et il n'est pas le seul à le penser. Pour tous les inters interrogés, la cuisine collective est carrément un point de rencontre, un espace de socialisation. Puisque c'est un moment rassembleur, la cuisine collective permet de briser l'isolement.

La force de l'informel

Pour certain.e.s, les cuisines collectives permettent d'aborder des sujets qui sortent du cadre formel du milieu de vie. Andrée-Anne, du Service d'hébergement St-Denis, croit que la grande accessibilité, autant dans la proximité que dans l'effort, rend l'activité attrayante. Le fait que les discussions soient plus informelles permet aussi de parler de sujets plus sensibles dans une atmosphère plus propice aux échanges. Réjean, du Baluchon, me disait que « c'est plus le fun de parler du ménage à faire dans la chambre avec une bouchée de pain dans la bouche qu'au froid dehors en fumant une cigarette. »

La nouveauté met du piquant

L'originalité attire aussi son lot de jeunes. Émilie, à Roland-Gauvreau, mentionnait : « On essaie de sortir de l'ordinaire. On fait des sushis ou des mets chinois. » C'est donc le fait de pouvoir manger autre chose qu'à l'habitude qui en incite plusieurs à participer.

Pour certains, il y a aussi les systèmes d'émulation qui permettent de connaître du succès avec les cuisines collectives en attribuant des points pour la participation. Ces points peuvent ensuite être échangés contre des « privilèges ».



Crédit : Dominique Lafond Les Auberges du cœur : L'art de raccrocher les jeunes»

Au menu : Les rapports égaux et les compétences

La cuisine collective est aussi un moment pour créer des rapports plus égaux. Puisque les jeunes qui ont de bonnes habiletés culinaires sont plutôt rares, cela leur permet d'établir des liens à partir d'un niveau de compétence semblable. Réjean, au Baluchon, pousse un peu plus loin l'expérience en nommant un chef ou une cheffe pour exécuter la recette au menu : « Ça aide à créer un lien de confiance entre les jeunes parce que chacun doit accomplir une tâche pour faire la recette. »

Avec la pratique, les jeunes développent des habiletés et certaines compétences. Jumelées aux efforts pour ne pas perdre les dons alimentaires et réduire le gaspillage, les cuisines collectives représentent un grand avantage lorsque l'on pense au post-hébergement. Le proverbe dit : « Donne un poisson à une personne et elle sera nourrie pour la journée. Montre lui à pêcher et elle sera nourrie pour la vie. » Les cuisines collectives sont comme une canne à pêche qu'on offre aux jeunes en leur apprenant à s'en servir.

Une histoire d'amour...

Enfin, Réjean m'a appris que manger est une activité qui crée de l'ocytocine, l'hormone associée à l'amour, au plaisir et à la confiance. Pas surprenant que des amitiés se forment durant ces moments. Au Baluchon, une ancienne résidente attend actuellement un enfant avec son copain qu'elle a rencontré lors de cette activité. Peut-on parler d'une activité qui fait des p'tits?

Merci à Andrée-Anne du Service d'hébergement St-Denis (Montréal), Émilie de Roland-Gauvreau (Joliette), Étienne du Foyer des jeunes travailleurs et travailleuses (Montréal) ainsi qu'à Réjean du Baluchon (St-Hyacinthe) pour le temps qu'elle et ils ont pris pour me jaser de leur expérience des cuisines collectives.

L'adulte émergent

Par Sylvain Gervais et Suzie Dusablon

Maison Marie-Frédéric, une Auberge du cœur (Québec)

avec la collaboration de Marc St-Louis

La Maison Marie Frédéric (MMF) héberge depuis plus de 30 ans des jeunes adultes en situation d'itinérance ou à risque de glisser vers l'itinérance. Il va de soi pour tous les observateurs du milieu que le phénomène ne va pas en décroissant. Nous observons à la MMF qu'au fil des ans, la réalité de ces jeunes vulnérables est devenue de plus en plus précaire et complexe. Ils sont de moins en moins adaptés aux exigences sociales de cette nouvelle époque en mouvance. Ils ne maîtrisent pas les codes d'entrée dans le monde adulte actuel et ne possèdent pas les habiletés et les connaissances de base pour se tailler une place sur le marché de l'emploi.

Que s'est-il passé ? Bien des chercheurs s'affairent à trouver une réponse à cette question. Et leurs conclusions générales soulignent une première évidence : les changements sociaux dont nous avons été témoins au cours des 40 dernières années ont modifié radicalement le processus d'accession des jeunes à l'âge adulte. Si presque tous s'entendent sur un PROLONGEMENT de la transition vers l'âge adulte qui s'étendrait jusqu'à 30 ans, certains affirment, dans la mouvance de Jeffrey Ansen Arnett¹ et James Marcia, qu'il y aurait maintenant une nouvelle étape de développement entre l'adolescence et l'âge adulte : « L'ADULTE ÉMERGENT »². Cette nouvelle réalité concerne dorénavant la majorité des jeunes des pays industrialisés, et en particulier les pays occidentaux.

Le parcours des jeunes entre 18 et 25 ans et souvent jusqu'à 30 ans est caractérisé par ces deux étapes identitaires :

1. « L'exploration ». Elle est définie comme un comportement de résolution de problème visant à mettre au jour de l'information à propos de soi ou de son environnement de façon à prendre une décision concernant des choix de vie importants.

2. « L'engagement ». Il représente l'adhésion à un ensemble spécifique de buts, de valeurs, et de croyances.

L'adéquation souhaitable entre ces deux étapes constitue la « RÉALISATION IDENTITAIRE ».

UNE « ÉMERGENCE » PLUS DIFFICILE POUR CERTAINS

Si ces caractéristiques concernent les « adultes émergents » en général, il importe de souligner qu'elles se vivent et s'actualisent différemment chez les jeunes en situation d'itinérance ou à risque de dériver vers cette voie. Ils sont exposés au risque d'une « exploration identitaire » et d'un « engagement » difficiles et inachevés.

Et qu'en est-il des dérapages de trajectoires de vie vécus par ces jeunes vulnérables face à cette rupture des repères sociaux qui jusqu'alors traçaient la voie de ce difficile passage à l'âge adulte ? Alors que pour la moyenne des jeunes, cette exploration se fait en multipliant les expériences qu'ils choisissent leur permettant de préciser progressivement ce qu'ils sont, ce qu'ils valent et ce qu'ils veulent, les jeunes en situation d'itinérance

abordent cette étape de vie après avoir intériorisé un regard sur eux-mêmes trop souvent marqué par l'échec, par le sentiment de n'être pas à la hauteur, par le sentiment d'être inadéquats, pas à leur place, etc. et avec un accès restreint aux choix d'exploration.

L'« exploration identitaire » pour ces « adultes émergents » prend donc trop souvent la forme d'une fuite en avant pour échapper à un profond sentiment de mal être, pour se détourner de ce regard qui les accuse et les condamne plutôt que de les rassurer sur leur valeur intrinsèque et les inviter à aller plus loin. D'où l'importance de leur permettre, eux aussi, d'explorer diverses expériences afin de favoriser leur construction identitaire.



REVOIR NOS PRATIQUES?

C'est ici que nous avançons l'importance, pour les intervenants et nos gouvernements, de mieux connaître et reconnaître ce processus actualisé du passage à l'âge adulte, à la lumière des besoins exprimés aujourd'hui par ces jeunes en situation d'itinérance, en utilisant cette nouvelle loupe. Un processus de développement de l'adulte plus tardif, où l'adulte émergent tend à s'affranchir inconsciemment des empreintes intergénérationnelles sociales ou culturelles qui se sont naturellement incrustées dans notre mémoire collective récente. Ici, le « fossé des générations » s'est creusé à vitesse grand V accéléré entre autre par cette « nouvelle ère » de l'information!

Il est donc important d'offrir à ces « adultes émergents », à risque ou en situation d'itinérance, un soutien et un accompagnement qui s'actualisent au regard de ce nouveau paradigme. Parallèlement, cela suggère une certaine volonté de revisiter son « rapport d'affiliation » qui consiste d'une part, en une certaine forme d'introspection de l'intervenant dans son rapport à soi et d'autre part, dans son rapport au résident. C'est alors que nous éviterons de tomber dans le piège de la projection de nos propres « schèmes » auprès des résidents. En effet, il existe de fortes chances que ces derniers ne soient pas confrontés aux mêmes étapes du passage à l'âge adulte. Il faut éviter d'intervenir, aujourd'hui, à partir du cadre de référence qui était le nôtre, hier, en matière d'« exploration identitaire » et d'« engagement ».

Voici quelques exemples : l'identification à un « gang/clan » ou à un groupe avec qui l'on aimait partager/fraterniser dans un lieu approprié vs des groupes sociaux virtuels, multiples et disparates qui s'arriment à un individualisme culturel promu

et publicisé; nos choix de projets de vie qui étaient plutôt linéaires et circonscrits vs une multitude de représentations, de sollicitations et d'expériences des possibles; un soutien institutionnel qui offrait des réponses ciblées et des débouchés par « catégories » de projets de vie vs une méconnaissance de cette nouvelle mécanique d'« engagement » qui mène à des aspirations multiples souvent volatiles auxquelles on répond par un soutien institutionnel standardisé et figé dans une autre époque; notre culture identitaire, relationnelle ou religieuse qui était quasi uniformisée vs une ouverture virtuelle multiculturelle sur le monde ou sur des mœurs différents en un clic; le militantisme qui défendait « la cause » vs une mobilisation qui vise l'atteinte d'objectifs ciblés « communs » et ponctuels plutôt que « collectifs »; etc.

C'est donc ainsi, mieux outillés par la connaissance et la prise de conscience de ces nouveaux rites de passage à l'âge adulte que l'on pourra véritablement être à l'écoute et mieux soutenir ou accompagner ces jeunes afin qu'ils puissent « revisiter » ce processus de quête identitaire, cette « expérimentation » et cet « engagement » qui ont peut-être fait défaut au cours de leur développement. Alors, notre intervention au quotidien sera encore plus profitable et viendra peut-être pallier à cette méconnaissance et cette incompréhension devant ceux ou celles que l'on qualifie aujourd'hui, de générations « boomerang ou de transition yo-yo » ou encore de « slow starter »; voire même, apporter un éclairage nouveau, à ce qui semblait ou nous apparaissait trop souvent, auparavant, comme un manque de motivation de la part du résident...



¹ Arnett, J. A., « *Emerging adulthood. A theory of Development From the late Teens Through the Twenties.* » Mai 2000, American Psychologist. Arnett reconnaît l'apparition du concept chez Erickson à la fin des années 60, mais considère que les conditions de cette époque ont changé considérablement.

² Stéphanie Gaudet, « *Projet de recherche sur les politiques. L'émergence de l'âge adulte, une nouvelle étape du parcours de vie. Implications pour le développement de politiques* » Université d'Ottawa, décembre 2007. Document de discussion



29 maisons d'hébergement communautaire jeunesse situées dans 10 régions du Québec qui hébergent, accompagnent et soutiennent plus de 3000 jeunes, âgés de 12 à 30 ans, chaque année.

Région 01 Bas St-Laurent

AUBERGE DU CŒUR LE TRANSIT (Rimouski)
(418) 724-9595
www.aubergeducoeurletransit.net
F/H, 17-30, 10 lits, 4 places en app. supervisés

TANDEM-JEUNESSE, UNE AUBERGE DU CŒUR (La Pocatière)
(418) 856-2202
www.tandem-jeunesse.com
F/H, 15-22, 9 lits, 1 lit de dépannage, 3 places en app. supervisés

Région 03 Québec

GÎTE JEUNESSE, UNE AUBERGE DU CŒUR
(418) 666-3225
www.gitejeunesse.org
Beauport et Ste-Foy : H, 12-17, 14 lits, 2 lits de dépannage

MAISON MARIE-FRÉDÉRIC, UNE AUBERGE DU CŒUR
(418) 688-1582
www.maisonmarie-frederic.com
F/H, 18-30, 9 lits, 4 places en app. supervisés, 9 places en pré-hébergement

MAISON RICHELIEU HÉBERGEMENT JEUNESSE, UNE AUBERGE DU CŒUR
(418) 659-1077
www.hebergementjeunesse.org
F, 12-17, 9 lits

SQUAT BASSE-VILLE
(418) 521-4483
www.squatbv.com
F/H, 12-17, 10, lits, 17 log. transitoires (18-25)

Région 05 Estrie

AUBERGE DU CŒUR LA SOURCE-SOLEIL (Sherbrooke)
(819) 563-1131
www.lasourcesoleil.org
F/H, 18-30, 9 lits, 1 lit de dépannage, 2 places en app. supervisés

ESPACE VIVANT/LIVING ROOM (Cowansville)
(450) 955-0622
evlr@videotron.ca
F/H, 12-17, 9 lits, 1 lit de dépannage, 6 places en app. supervisés (16-21)

Région 06 Montréal

LA MAISON TANGENTE, UNE AUBERGE DU CŒUR
(514) 252-8771
www.maisontangente.qc.ca
F/H, 18-25, 14 lits, 1 lit de dépannage

AUBERGE DU CŒUR FJTTM – FOYER DES JEUNES TRAVAILLEURS ET TRAVAILLEUSES DE MONTRÉAL
(514) 522-3198
www.fjttm.org
F/H, 17-24, 19 lits

AUBERGE DU CŒUR L'ESCALIER
(514) 252-9886
www.distributionsescalier.com
F/H, 18-30, 20 lits, 1 entreprise d'insertion à l'emploi

L'AVENUE HÉBERGEMENT COMMUNAUTAIRE
(514) 254-2244
www.lavenuehc.org
F/H, 18-29, 10 lits, 16 places en app. supervisés, 68 log. sociaux

AUBERGE DU CŒUR LE TOURNANT
(514) 523-2157
www.aubergeletournant.org
H, 18-29, 10 lits, 1 lit de dépannage, 12 log. sociaux

SERVICE D'HÉBERGEMENT ST-DENIS, UNE AUBERGE DU CŒUR
(514) 374-6673
www.hebergementstdenis.com
F/H, 15-20, 9 lits

L'AUBERGE COMMUNAUTAIRE DU SUD-OUEST
(514) 768-5223
www.laubergecommunautaire.org
F/H, 18-29, 20 lits, 38 log. sociaux, école de rue.

RESSOURCES JEUNESSE SAINT-LAURENT, UNE AUBERGE DU CŒUR
(514) 747-1341
www.rjstl.ca
F/H, 16-22, 11 lits, 1 lit de dépannage, 34 places en app. supervisés (18-25)

Région 07 Outaouais

AUBERGE DU CŒUR HÉBERGE-ADOS (Gatineau)
(819) 771-1750
www.avenuedesjeunes.com
F/H, 13-17 ans, 8 lits, 1 lit de dépannage

L'APPART ADOJEUNE (Gatineau)
(819) 205-7204 (Hébergement)
www.adojeune.org
F/H, 13-17 ans, 6 lits, 1 lit de dépannage

Région 12 Chaudière-Appalaches

L'ADOBERGE CHAUDIÈRE-APPALACHES, UNE AUBERGE DU CŒUR (Lévis)
(418) 834-3603
www.adoberge.com
Lévis : F/H, 12-17 ans, 9 lits, 1 lit de dép. St-Georges-de-Beauce : 6 lits

Région 13 Laval

AUBERGE DU CŒUR L'ENVOLEE (Laval)
(450) 628-0907
www.envolee.qc.ca
F/H, 16-20, 15 lits, 1 lit de dépannage, 2 places en app. supervisés

Région 14 Lanaudière

AUBERGE DU CŒUR CHAUMIÈRE JEUNESSE (Rawdon)
(450) 834-2517
www.chaumierejeunesse.com
F/H, 18-30, 9 lits, 1 lit de dépannage

AUBERGE DU CŒUR LE DIAPASON (Mascouche)
(450) 477-6201
centrediapason@videotron.ca
F/H, 14-18, 9 lits, 5 places en app. supervisés (16-18)

AUBERGE DU CŒUR ROLAND-GAUVREAU (Joliette)
(450) 759-2114
aubergeducoeur.rg@hotmail.com
F/H, 18-30, 12 lits

AUBERGE DU CŒUR ACCUEIL JEUNESSE LANAUDIÈRE (Joliette)
(450) 759-4610
acc1@videotron.ca
F/H, 12-17, 9 lits

Région 16 Montérégie

AUBERGE DU CŒUR L'ANTRE-TEMPS (Longueuil)
(450) 651-0125
www.antre-temps.org
F/H, 16-21, 14 lits

AUBERGE DU CŒUR LE BALUCHON (St-Hyacinthe)
(450) 773-8818
www.maisonlebaluchon.org
F/H, 12-17, 9 lits, 1 lit de dépannage, 15 places en app. supervisés (16-23)

L'ÉLAN DES JEUNES (Châteauguay)
(450) 844-3835
lelandesjeunes@gmail.com
F/H, 16-22, 6 lits

Région 17 Centre-du-Québec

AUBERGE DU CŒUR HABIT-ACTION (Drummondville)
(819) 472-4689
www.aubergeducoeurhabitation.com
F/H, 18-30, 9 lits, 1 lit de dépannage, 2 places en app. supervisés

AUBERGE DU CŒUR MAISON RAYMOND ROY (Victoriaville)
(819) 752-3320
www.maisonraymondroy.org
F/H, 18-29, 9 lits



RIRE AU MAX

Par Maxime Rainville



Le Regroupement des Auberges du coeur du Québec

RegroupementAuberges-ducoeur

@aubergesducoeur

4246 rue Jean-Talon est, Tour sud, bureau 16, Montréal, (Québec)
H1S 1J8 - 514-523-8559
info@aubergesducoeur.org
www.aubergesducoeur.org

Le RACQonteur est le bulletin d'information du Regroupement des Auberges du coeur du Québec. Il est publié trois fois par année. Tous les numéros sont disponibles à www.aubergesducoeur.org

COMITÉ ÉDITORIAL

Isabelle Gendreau
RACQ
Sylvain Gervais
Maison Marie-Frédéric
Marc-Antoine Boisvert
L'Élan des jeunes
Isabelle Lindsay
L'Antre-temps
Maxime Rainville
Espace vivant / Living room

COLLABORATEURS

Textes : Marc-André Bélanger, Johanne Cooper, Rémi Fraser, Isabelle Gendreau, Sylvain Gervais, Yannick Kabasha, Chantal Larouche, Maxime Rainville, Réjean Sauvé.

Photos : I. Gendreau (couverture et p.3,4), SQUAT Basse-ville (p.6-7), Martin Dubuc (p.8), Y. Kabasha (p.9), Baluchon(p.10), Dominique Lafond (p.11,12,13)

RÉVISION

Isabelle Lindsay

MISE EN PAGE

Isabelle Gendreau

CONCEPTION DE LA GRILLE GRAPHIQUE

Erika Rosira

MOUVEMENT JEUNES ET SANTÉ MENTALE

C'est fou la vie,

faut pas en faire une maladie!

NOS INQUIÉTUDES

FACE À LA MÉDICALISATION DES DIFFICULTÉS DES JEUNES :

- La hausse des diagnostics psychiatriques et de la consommation de médicaments psychotropes chez les jeunes (enfants, adolescents, jeunes adultes) ainsi que le recul des approches alternatives et globales.
- Le dépistage en bas âge et la médecine prédictive pouvant amener à un étiquetage stigmatisant et à du profilage social.
- Les grandes difficultés d'accès aux services publics pour les jeunes et leurs familles, de suivi médical et de ponts entre ces différents services publics.
- La méconnaissance, l'ignorance et le non-respect des droits liés à la médication (droit à l'information, droit au consentement aux soins libre et éclairé, droit à la participation au traitement, droit à l'accompagnement).



Regroupement
des ressources alternatives
en santé mentale
du Québec



Le Regroupement
des Auberges du cœur du Québec

DÉCLARATION COMMUNE

Issue du Forum « JEUNES ET SANTÉ MENTALE :
Pour un regard différent » tenu le 15 avril 2016.

**LA VALEUR QUI GUIDE NOS ACTIONS EST
LA PRIMAUTÉ DE LA PERSONNE.** À ce titre, nous
adhérons à la définition qu'en donne le *Plan d'action en santé
mentale 2015-2020 : Faire ensemble et autrement*, ainsi que la
Politique de santé mentale de 1989 :

Il est important d'assurer la primauté de la personne par le respect

- de sa personnalité
- de sa façon de vivre
- de ses différences
- des liens qu'elle entretient avec son environnement.

La primauté de la personne implique

- de tenir compte du point de vue et des capacités
de la personne utilisatrice de services
- de favoriser sa participation et celle de son entourage
- la prise en compte de l'ensemble de ses besoins
et de sa situation biopsychosociale.

La promotion, le respect et la protection des droits
en constituent des aspects fondamentaux.

NOS REVENDICATIONS

NOUS DEMANDONS AU GOUVERNEMENT :

- Que tous les jeunes et leurs proches aient accès
gratuitement à des services d'aide et de soutien
psychosociaux et alternatifs à la médication
psychiatrique et que l'accès à ces services ne soit
pas conditionnel à un diagnostic en santé mentale.
- Que l'expertise des jeunes soit reconnue par leur
participation égalitaire sur toutes questions qui les
concernent, notamment dans l'élaboration, la mise en
œuvre, et l'évaluation des politiques et plans d'action.
- Que l'exercice du droit à l'information, du droit
à la participation au traitement, du droit à
l'accompagnement et du droit au consentement
aux soins libre et éclairé soit respecté et garanti
pour tous les traitements liés à la santé mentale.
- Que le gouvernement mette immédiatement en place
une commission parlementaire sur la médicalisation
des problèmes sociaux des jeunes.

J'ADHÈRE À LA DÉCLARATION COMMUNE

EN TANT QU'ORGANISATION

EN TANT QU'INDIVIDU

NOM : _____

Voici mon COURRIEL afin que
je demeure informé : _____

RETOURNEZ À : 4837, rue Boyer, bureau 210, Montréal (Québec) H2J 3E6 • Télécopieur : 514 523-0797 • info@agidd.org