

# ICI et MAINTENANT ... expérience de P.A.L.<sup>1</sup>

Michèle Blanchard

Volume 13, numéro 1, juin 1988

La réinsertion sociale

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/030439ar>

DOI : <https://doi.org/10.7202/030439ar>

[Aller au sommaire du numéro](#)

Éditeur(s)

Revue Santé mentale au Québec

ISSN

0383-6320 (imprimé)

1708-3923 (numérique)

[Découvrir la revue](#)

Citer ce document

Blanchard, M. (1988). ICI et MAINTENANT ... expérience de P.A.L.<sup>1</sup>. *Santé mentale au Québec*, 13(1), 195–198. <https://doi.org/10.7202/030439ar>

## ICI et MAINTENANT ... expérience de P.A.L.<sup>1</sup>

Au cours des prochaines années, nous vivrons une transformation radicale des *anciens concepts* de la psychiatrie et de la réinsertion sociale, ce dernier concept devenant synonyme de *changement* plutôt que d'*adaptation*.

Ceux et celles qui cherchent actuellement des alternatives à ce qui se fait déjà ne sont ni des utopistes ni des personnes à la mode mais des gens qui osent prendre un *risque* et qui s'impliquent dans une lutte à long terme. Ce sont des gens qui ont choisi une perspective *politique* et une dimension créatrice pour guider leurs actions.

En intitulant ce texte *ICI ET MAINTENANT*, nous avons voulu réagir contre la tendance d'importer d'ailleurs des modèles de pratique pour guider les actions que nous posons dans le domaine de la réintégration sociale. Nous avons voulu indiquer que « l'ailleurs » n'est pas nécessairement la meilleure voie d'accès à « l'autrement ». C'est, selon nous, *ICI ET MAINTENANT* que doit se trouver la source de nos interrogations. En s'appuyant sur notre expérience dans la ressource alternative P.A.L. (il y en a 39 autres au Québec), nous montrerons comment nous avons cherché à créer un milieu de vie et une pratique différente, lesquels font place à un quotidien qui défie les règles et les normes préconçues. À l'aide d'un questionnement collectif sur cette expérience, nous avons été amenés à questionner les pratiques dominantes dans le domaine de la réinsertion sociale en psychiatrie. Nous nous sommes rendus compte que notre expérience dépasse un simple modèle d'action et débouche sur un projet de société dans laquelle les rapports humains seraient différents, qui encouragerait ceux qui vivent des expériences difficiles ou différentes à les intégrer dans leur vie, à leur propre rythme et à leur propre façon.

Dans cette communication, nous décrirons le quotidien de P.A.L. dont certains exemples sembleront banals ou évidents. Mais, grâce à ces gestes de la vie de tous les jours prend forme une pratique nouvelle, qui s'appuie en définitive sur le bon sens dont on parle peu dans les modèles théoriques, et que s'actualisent les conditions qui mènent à une vision différente et à un changement de société.

### P.A.L.

Le « Programme Aide Logement » est une ressource qui existe depuis une douzaine d'années et

est située dans la région sud-ouest de Montréal, à Verdun. Entre 20 % et 25 % de cette population vit sur le chômage ou sur le Bien-Être social. P.A.L. voisine l'Hôpital Douglas, la deuxième institution psychiatrique en importance au Québec.

C'est à partir des besoins des psychiatisés de la région que s'est créée, en 1975, cette ressource alternative. Ses premiers objectifs de base étaient la réinsertion sociale de ces personnes à leur sortie de l'hôpital. D'abord considéré comme un lieu de rencontre et de solidarité, la vocation de P.A.L. évolue au cours des années : elle passe des activités sociales aux activités à caractère plus éducationnel ; puis à la défense des droits ; enfin à différentes approches visant à développer une meilleure qualité de vie.

Cette ressource alternative cherche, depuis le début, à devenir une affaire de dignité humaine et de qualité de vie, parce qu'elle est issue des besoins sociaux de base et des individus qui la composent.

P.A.L. cherche à faire retrouver à chacun son plein potentiel, son estime de soi, son autonomie à tous les niveaux. Son but est de favoriser l'entraide et la solidarité entre les membres de l'organisme et entre ces derniers et la communauté, en développant l'esprit de groupe comme moyen d'intervention et de prévention. Le programme tient compte des dimensions sociales, familiales, économiques, culturelles, politiques, physiologiques et psychologiques des problèmes.

Il essaie à tout prix d'éviter qu'une personne soit retirée de son milieu naturel.

P.A.L. fonctionne en favorisant la participation réelle et majoritaire des usagers au processus de décision de l'organisme. Cela se traduit, chez nous, par un conseil d'administration formé de treize personnes, dont huit ayant vécu au moins une hospitalisation en psychiatrie et cinq autres en tant que sympathisants.

C'est le conseil d'administration qui prend toutes les décisions concernant le budget, les programmes d'activité, les règles du centre et l'embauche des employés. Sa structure organisationnelle permet qu'une décision ne soit prise que lorsque la grande majorité des membres de P.A.L. en comprennent le sens, la direction, les possibilités, soit les avantages et les désavantages.

Quatre cents à 500 personnes fréquentent P.A.L. chaque année, certains pour quelques heures,

d'autres pour des mois, voire des années. Certains y viennent spécifiquement pour un cours d'alphabétisation ou de nutrition, d'autres pour des leçons de défense des droits, de relations humaines ou d'artisanat, quelques-uns simplement s'asseoir au salon et fumer une cigarette, boire un café ou un jus au milieu des autres. Trois repas communautaires sont organisés chaque semaine par les membres, au coût de 1 \$ par repas, sauf pour ceux qui ont fait l'épicerie et la cuisine.

Je vous invite à présent à venir faire un séjour chez nous, à côtoyer notre quotidien.

### Lundi

8h 45 au 3957 Wellington, rue commerciale de Verdun pour le moment encore endormie, à l'exception de quelques commerçants qui balaient devant leur magasin. Et puis ces quelques individus qui rôdent dans le quartier depuis déjà quelques heures, attendant devant une porte. Quelqu'un ouvre enfin la porte, les gens entrent et on se redit « bonjour » comme à tous les matins. *Jordy* s'empresse aussitôt vers la porte arrière; c'est la journée des poubelles (l'entraide, la responsabilité). Il faut les sortir vite! Les autres le suivent pour lui donner un coup de main. *Claire* prend les clés, prépare le café et s'assure que l'on a assez de jus pour la journée.

*Mayling* et *Jean-Paul* sont là aussi, comme tous les matins, ils nous racontent qu'*André* a eu des problèmes hier soir, qu'il va perdre sa chambre si on ne fait pas quelque chose (la solidarité).

*Jean-Claude* et *Pierre*, eux, se versent un café, et s'installent au salon (le laisser faire, le respect du rythme). Ils demeureront là pour plusieurs heures. On a le temps de préparer la journée, puisque les gens dorment tard à cause des médicaments et du peu d'activités à faire.

Le téléphone sonne déjà; il sonnera ainsi sans arrêt jusqu'à 21h. L'après-midi, vers les 14h, le salon est rempli de monde; ça jase très fort et l'air s'épaissit de fumée. *Jean* nous parle de ses poèmes et de ses écrits, *Ginette* et *Francine* s'apprentent à placer les tables pour l'activité de l'après-midi; aujourd'hui, c'est l'atelier « hébergement »: on apprendra comment ne pas se faire avoir par les propriétaires ou comment vivre à plusieurs sans se faire couper le bien-être social.

*Suzanne*, 35 ans, rentre en pleurant (le système hospitalier dans la communauté). Encore une fois, elle s'est disputée avec la femme de son foyer

d'accueil. « J'sus assez forte pour vivre en appartement, j'sus pas un bébé! Pourquoi que ma travailleuse sociale a me laisse pas partir? J'aime pas vivre en famille d'accueil, pis j'ai lâché l'atelier où je travaille: Je fais pas assez d'argent pour les heures que je fais là... »

*Jean-Jacques*, 30 ans, n'a pas eu son chèque (la survie) et on est déjà le 9 du mois. Il a peur que son propriétaire le mette dehors. Il n'a rien à manger. C'est finalement une erreur du bureau de bien-être social. Un défaut de l'informatique. Il me dit: C'est la première fois en dix ans que j'arrive à garder ma chambre pendant sept mois, il faut pas que je la perde...

*Claudette*, qui nous embrasse toujours trop fort, nous demande si on aime sa robe: est-ce qu'on la trouve bien? Sent-elle bon? Ce soir, on aura le cours de relaxation, ça nous détendra de la journée et on pourra peut-être dormir sans nos dalmanes.

### Mardi

Le quotidien reprend sur le même rythme. Le matin on fait le ménage; on a donné nos noms vendredi et on se fera 15 \$ en-dessous de la table. Notre tour ne vient pas souvent parce qu'on est plusieurs à vouloir travailler, mais c'est déjà ça.

L'après-midi, *Jean-Claude*, le cuisinier, nous apprend une nouvelle recette qu'on goûtera au repas communautaire à 17h.

*Robert* est entré en criant. Il dit que nous sommes tous contre lui et qu'on lui a volé ses papiers. Il marche de long en large, énervé, et ne veut pas qu'on lui parle.

*Roger* n'a déjà plus d'argent; ce n'est pourtant que le milieu du mois. Il faudra lui remplir une feuille et il aura droit à un sac d'épicerie gratuit à la Coop.

*Réjean* nous annonce qu'il s'est trouvé une job en-dessous de la table; il ne faut pas le dire. Il pense que le gérant pourra engager une couple d'autres membres.

### Mercredi

C'est la réunion de l'équipe et des membres qui désirent y assister, pour revoir la semaine et préparer la suivante.

À l'ordre du jour: *l'organisation des activités*: il faut un autobus pour aller à la cabane à sucre et pour la manifestation au bureau de la ministre, madame Lavoie-Roux.

*La maison de transition* : une bonne nouvelle : Janet gradue, après 1 an ; elle ira en appartement partagé.

*L'équipe de soir et de fin de semaine* : il n'y a pas assez de staff à l'activité du dimanche ; la danse est si populaire, qu'avec le souper deux intervenants pour 50-60 personnes, ce n'est pas assez, surtout si quelqu'un vit une crise ou a besoin d'en rencontrer un autre seul à seul. Une chance, qu'on a le P.D.E. (Programme de développement de l'emploi, du fédéral) jusqu'en juin.

*Mike et Gary* : ils ont des difficultés et ont besoin de P.A.L. ; ils ont 24-25 ans et un dossier judiciaire ; ils respirent leur colle à tous les jours et personne ne veut d'eux.

*L'urgence* du centre hospitalier ne nous a pas averti que *J. Jacques* avait eu son congé ; alors il est arrivé ici en disant qu'il n'avait nulle part où rester et qu'il était sans médicaments.

*Lucie* a été hospitalisée hier ; il faudra la visiter.

### Jeudi et vendredi

Les cours se poursuivent sur comment parler en public et sur l'artisanat ; on prépare le voyage à Québec pour rencontrer M. Paradis et il faut faire des banderoles à propos de sa réforme du B.E.S. !

*Albert*, qui veut toujours mourir, ne veut pas participer. Mais il a nettoyé le haut de la bibliothèque et en est très fier. Nous avons rencontré *Shelby* et *Chris*, car ils ont besoin d'aide. Leur corps est infesté de morpions et de puces ! Il faut les accompagner au DSC et vider leurs chambres avant que le proprio ne les expulse.

*Gaétane* est très fâchée ; elle ne fera plus ses magnifiques gâteaux et ses pâtisseries. Selon elle, nous sommes injustes dans nos décisions, il n'y a pas de démocratie à P.A.L.

### Samedi et dimanche

On sort au Vieux Montréal, puis au Café-rencontre quelqu'un vient nous parler de son voyage chez les Inuit.

Dimanche, *Gilles*, le disc-jockey, nous fera danser ; si on le pouvait, on aurait de la danse à tous les jours : ça fait tellement de bien !

*Le frère de Léo* nous a téléphoné pour nous demander comment on faisait pour travailler avec un schizophrène comme son frère ! *Nancy* lui a répondu : « Je sais pas s'il est schizo, mais je sais

qu'il écrit comme un poète et qu'il parle en groupe de ses idées, de comment améliorer le look de notre local ! »

On cherche *Clothilde*, disparue depuis 3 mois. Le policier nous demande si elle était une clocharde. On ne sait pas. Mais on sait que l'autre jour, elle est venue faire 40 hamburgers pour le souper du dimanche ; elle était tellement fière, parce qu'elle pensait avoir oublié comment faire...

### Un projet de société, vous en voulez un ?

Comme dit Robert c'est vrai qu'à P.A.L. on ne nous traite pas comme des enfants... Que pour la plupart, c'est une famille... Qu'on découvre qu'on n'est pas seul et qu'on a sa place. C'est vrai qu'en groupe, ça allège la peur de sortir et de faire des choses.

C'est vrai aussi qu'on veut trouver les affinités et les talents à P.A.L., plutôt que les différences et les échecs... Que certains ont leurs limites et leur rythme propre... Que pour plusieurs, se rendre au centre à tous les jours prendre un café, c'est déjà beaucoup... Que lenteur et répétition font partie du quotidien, mais que c'est la seule façon de permettre à chacun de prendre sa place. P.A.L., c'est aussi croire au contact et au toucher, ne pas avoir peur des accolades et de se tenir la main.

C'est redonner la liberté de choix à chaque personne, pouvoir lui dire, par exemple : « C'est toi qui sais, au fond, si c'est mieux pour toi d'aller ou non à l'atelier aujourd'hui... Ici tu es libre. »

C'est laisser au groupe la responsabilité d'imposer ses propres règles... Processus plus long que celui de les dicter toutes faites d'avance... Mais, à la longue, chacun saura pourquoi il faut des règles.

C'est enfin, pour l'intervenant, accepter de demeurer en retrait, de ne pas entrer dans la vie d'un autre sans y être invité. C'est aussi accepter que l'expertise ne signifie pas nécessairement une suite de sessions de counselling, mais peut constituer une démarche simple, telle qu'aider certains à remplir des formulaires, dont les instructions sont difficiles à comprendre, ou accompagner une personne qui se cherche une chambre ou, tout simplement, prendre un café ensemble et recommencer à fumer, malgré toutes les heures consacrées à essayer d'arrêter.

Selon la psychiatrie traditionnelle, la plupart des personnes dont je vous ai parlé porteraient un diagnostic irréversible.

À P.A.L., on ne croit pas à l'irréversible, on veut tenter (humblement) de mettre sur pied un projet de société qui reposerait sur les valeurs suivantes : respecter son rythme et son processus ; s'aimer avec ses émotions, ses rires et ses larmes ; développer l'entraide/coop, nourriture, meuble... ; dire qui on est ; voir dans les erreurs un apprentissage enrichissant et en accepter le risque ; ne pas interpréter l'hospitalisation comme un échec, mais comme un passage pour se resécuriser ; favoriser la solidarité ; participer et se redonner du pouvoir. Selon nous, ces valeurs s'opposent aux valeurs véhiculées dans de nombreux programmes de réinsertion sociale actuels plus axés sur la rapidité, l'efficacité, le contrôle de ses émotions, l'autosuffisance, l'acceptation de l'anonymat et le respect des règles, la minimisation de toutes possibilités d'erreurs, l'interprétation de l'hospitalisation comme un échec, l'expérience de la solitude, la consommation et l'absence de pouvoir.

## Conclusion

J'aimerais terminer par ces mots de *Don Helder Camara* :

Plus grands sont les projets  
moins ils servent au peuple  
et  
quand quelqu'un rêve seul c'est un rêve  
quand on rêve ensemble c'est le  
début de la réalité...

## NOTE

1. Cette communication a été présentée au colloque Ailleurs et autrement... mais comment? le 7 avril 1988.

Michèle Blanchard  
Coordonnatrice de P.A.L.