



Groupe provincial sur la stigmatisation
et la discrimination en santé mentale

AQRP

Association québécoise pour
la réadaptation psychosociale

La Bibliothèque vivante

Des outils pour la vie



Mini-Guide d'accompagnement N° 2

(Septembre 2015)

LA BIBLIOTHÈQUE VIVANTE

Mini-Guide d'accompagnement N° 2 (Septembre 2015)

**AQRP
2015**



Organisme formateur agréé par la Commission des partenaires du marché du travail



LES TRAVAUX ONT ÉTÉ RÉALISÉS PAR

Rédaction

Laurence Caron, agent de projet et chargé de formation au Groupe provincial sur la stigmatisation et la discrimination en santé mentale (GPS-SM), Association québécoise pour la réadaptation psychosociale (AQRP).

Esther Samson, chargée de projet au GPS-SM, AQRP.

Conception graphique

Manon Vaillancourt, agente de projet - soutien technologique

LA SÉRIE DES MINI-GUIDES DU GPS-SM

La production des premiers numéros de la série des Mini-Guides du GPS-SM fut rendue possible grâce au financement offert en 2014-2015 à l'AQRP par l'Office des personnes handicapées du Québec (OPHQ).

Les Mini-Guides du GPS-SM sont des compléments d'information au Cadre de référence du GPS-SM, *La lutte contre la stigmatisation et la discrimination associées aux problèmes de santé mentale au Québec* (en accès libre sur le web¹). De plus, chaque Mini-Guide approfondit des sujets abordés lors des formations/mobilisation sur la lutte contre la stigmatisation offertes par le GPS-SM dans toutes les régions du Québec. Parmi ces sujets, notons *L'évaluation*, *Le dévoilement*, *Les Bibliothèques vivantes* et *Les stratégies d'action – des exemples*. Ces Mini-Guides se veulent une source d'informations à la fois concises et pratiques.



À QUI S'ADRESSE CE GUIDE

- D'abord à toute personne qui souhaite mettre sur pied une Bibliothèque vivante;
- Aux personnes qui vivent ou ont vécu un problème de santé mentale et qui souhaitent participer à une Bibliothèque vivante à titre de *Livre vivant*;
- À quiconque intéressé par le sujet!

¹ aqrp-sm.org/wp-content/uploads/2014/04/cadre-de-reference-GPS-SM.pdf



L'ASSOCIATION QUÉBÉCOISE POUR LA RÉADAPTATION PSYCHOSOCIALE (AQRP)

WWW.AQRP-SM.ORG

Depuis sa fondation en 1990, l'AQRP considère que toute personne vivant ou ayant vécu un problème de santé mentale doit pouvoir vivre et se réaliser comme citoyen à part entière.

L'AQRP EST UN ORGANISME
DE MOBILISATION ET DE TRANSFERT
DE CONNAISSANCES ŒUVRANT
À L'ÉCHELLE DU QUÉBEC
AFIN D'AMÉLIORER LES PRATIQUES
EN RÉADAPTATION PSYCHOSOCIALE
ET EN RÉTABLISSEMENT.

L'AQRP a acquis la réputation de constituer, sur la scène québécoise, une tribune de choix. Y sont réunis diverses catégories d'établissements publics et d'organismes communautaires, un large éventail de disciplines et de secteurs d'intervention, sans oublier ceux pour qui et avec qui elle travaille : les personnes vivant ou ayant vécu un problème de santé mentale et leurs proches. Ce riche partenariat en fait un véritable carrefour d'information et d'action.

LE GPS-SM ET LA LUTTE CONTRE LA STIGMATISATION AU QUÉBEC

L'importance de lutter contre la stigmatisation liée aux problèmes de santé mentale est reconnue par la plupart des acteurs québécois en santé mentale, que ce soit les représentants des mouvements des personnes vivant ou ayant vécu un problème de santé mentale et de leurs proches, des tenants des approches de santé mentale positive et globale, des pourvoyeurs de services des réseaux publics et communautaires, etc. Au Québec, plusieurs individus et organisations locales et régionales agissent pour contrer la stigmatisation. Toutefois, nous constatons que plusieurs acteurs fonctionnent en silo et qu'il existe de grandes disparités entre les acteurs du Québec aux plans des actions et de la connaissance des enjeux et solutions.

LE GROUPE PROVINCIAL SUR
LA STIGMATISATION ET LA DISCRIMINATION
EN SANTÉ MENTALE (GPS-SM)
EST UN REGROUPEMENT DE PARTENAIRES
NATIONAUX ET RÉGIONAUX DU QUÉBEC
AYANT POUR INTÉRÊT COMMUN DE CONTRER
LA STIGMATISATION LIÉE AUX PROBLÈMES
DE SANTÉ MENTALE.



Porté officiellement par l'AQRP, le GPS-SM, a été créé en 2011. Fort de ses membres, de leur diversité et de leurs expertises, le groupe a investi ressources et énergie afin de consulter des collaborateurs et se spécialiser pour bien comprendre la stigmatisation et ses enjeux ici au Québec. Ces efforts ont mené au dépôt d'une proposition de plan d'action au MSSS (2012), à la production d'un cadre de référence (2014), à tenir une première journée nationale sur la stigmatisation en santé mentale (2014), à réaliser des Sommets jeunesse de sensibilisation en collaboration avec la Commission de la santé mentale du Canada (2015), à bâtir et offrir une formation/mobilisation dans plusieurs régions du Québec (2015).

Les membres du GPS-SM sont des individus leaders qui représentent des organisations phares en santé mentale au Québec. Ils mettent leurs forces en commun, offrant leur contribution de manière spontanée, pour faire avancer la lutte contre la stigmatisation à l'échelle provinciale – convaincus que l'enjeu qui les unit doit être une priorité tant au plan national que local.

TABLE DES MATIÈRES

INTRODUCTION.....	9
1. LA BIBLIOTHÈQUE VIVANTE : UN BREF APERÇU.....	10
2. LE RECRUTEMENT DE L'ÉQUIPE.....	12
2.1. La sélection des Livres vivants.....	13
3. LA FORMATION DES LIVRES VIVANTS.....	15
3.1. La construction d'une formation destinée aux Livres vivants.....	15
3.2. Quelques conseils pour devenir un Best-Seller!.....	17
4. LE CHOIX DU LIEU ET DE LA PLAGE HORAIRE.....	18
5. LE BUDGET.....	19
6. LE PLAN DE COMMUNICATION ET LA PUBLICITÉ.....	20
7. LE DÉROULEMENT DE LA BIBLIOTHÈQUE VIVANTE.....	21
7.1. Les Lectures.....	21
7.2. L'horaire.....	22
7.3. Le catalogue de Livres.....	23
7.4. Le processus de réservation.....	24
7.5. Les règlements.....	25
8. L'ÉVALUATION DES IMPACTS DE L'ACTIVITÉ.....	26
9. LE RETOUR SUR L'ACTIVITÉ ET LE RAPPORT D'AMÉLIORATION.....	27
BIBLIOGRAPHIE.....	28



INTRODUCTION

Les Bibliothèques vivantes et la lutte contre la stigmatisation

Une des leçons les plus importantes que nous avons apprises en parcourant les nombreuses recherches scientifiques sur le sujet, c'est que toutes les actions de lutte contre la stigmatisation ne sont pas équivalentes. En fait, plusieurs de celles qui nous semblent prometteuses à première vue sont souvent inefficaces ou parfois même nuisibles. Le Cadre de référence du GPS-SM sur la lutte contre la stigmatisation et la discrimination associée aux problèmes de santé mentale est un document concis et utile, résumant en quelques pages les grandes lignes de cet enjeu.

POUR MIEUX COMPRENDRE
LA LUTTE CONTRE LA STIGMATISATION,
SE RÉFÉRER AU CADRE
DE RÉFÉRENCE DU GPS-SM

On y découvre notamment que la lutte contre la stigmatisation ne peut se faire, auprès des adultes, en donnant simplement de l'information sur la santé mentale, le rétablissement ou les maladies mentales. La stratégie de contact serait une des meilleures façons d'améliorer les comportements et les perceptions dans la population. Voici ce qu'en dit le Cadre de référence :

Plusieurs études ont démontré que la stratégie de contact, qui favorise les interactions interpersonnelles positives entre une personne ayant ou ayant eu un problème de santé mentale qui dévoile sa condition et une personne du public en général, s'est avérée particulièrement efficace en matière de lutte contre la stigmatisation, spécialement au chapitre des changements de comportements. L'efficacité de cette stratégie est bien reconnue par la Commission de la santé mentale du Canada qui en a fait l'un des fondements de son programme de lutte contre la stigmatisation.

Différentes conditions peuvent augmenter l'efficacité de cette stratégie : l'égalité entre les participants, la possibilité d'interagir et d'échanger des idées, le fait d'avoir des objectifs communs.

Cadre de référence, [page 11](#)



Ce Mini-Guide présente les étapes de la réalisation d'une Bibliothèque vivante, une activité basée sur la stratégie de contact qui s'est avérée efficace pour lutter contre la stigmatisation.



1. LA BIBLIOTHÈQUE VIVANTE : UN BREF APERÇU

UNE BIBLIOTHÈQUE VIVANTE REPREND LE CONCEPT D'UNE BIBLIOTHÈQUE CLASSIQUE, AVEC SES BIBLIOTHÉCAIRES, SON CATALOGUE PRÉSENTANT DE COURTS RÉSUMÉS DES LIVRES VIVANTS EN INVENTAIRE, SES RÈGLEMENTS ET SON DÉCOR THÉMATIQUE. L'ORIGINALITÉ DU CONCEPT TIENT AU FAIT QUE LES LIVRES SONT EN FAIT DES PERSONNES, DES LIVRES VIVANTS, DISPOSÉS À PARTAGER UNE PAGE OU UN CHAPITRE DE LEUR VIE AVEC UN LECTEUR QUI LES « EMPRUNTE » POUR UN COURT LAPSE DE TEMPS.

- ⊗ Les **premières Bibliothèques vivantes** ont été réalisées en 2000 par une association du Danemark, « Stop the violence », à l'occasion de festivals rock. S'étalant sur plusieurs jours, elles visaient à faire tomber les préjugés liés principalement aux différences ethniques, culturelles et religieuses. L'idée des Bibliothèques vivantes a été reprise dans différents pays et contextes pour lutter contre les préjugés de toutes sortes.
- ⊗ On y **utilise la stratégie de contact**, c'est-à-dire qu'on privilégie la rencontre humaine dans des conditions optimales afin que l'Étranger, l'Autre, devienne son semblable, et que les personnes stigmatisées par des stéréotypes et des préjugés défavorables se révèlent en tant que personne d'abord, au-delà du stigma auxquelles elles sont associées.
- ⊗ Les **principaux intervenants – les Livres vivants – sont les personnes directement concernées** qui vivent elles-mêmes de la stigmatisation et de la discrimination.
- ⊗ Pourquoi une bibliothèque? Les stratégies de contact peuvent se déployer d'une multitude de façons. L'intérêt des Bibliothèques vivantes est de réduire le malaise associé avec la rencontre d'un pur inconnu en **simulant un contexte connu et rassurant** : la bibliothèque. On fait donc autant de clin d'œil à la bibliothèque que possible (présence de « bibliothécaires », catalogue de livres, règlements d'emprunt...).
- ⊗ **Attention!** Il y a toujours un **risque que la Bibliothèque vivante renforce les préjugés au lieu de les combattre, ou encore qu'elle nuise aux Livres vivants**, il est important d'impliquer les bonnes personnes, de les former, de s'intéresser aux enjeux et risques du dévoilement et de se soutenir mutuellement (voir la section sur le recrutement des livres).
- ⊗ Il y a **plusieurs façons de faire** et c'est encore assez nouveau au Québec! La Bibliothèque vivante peut, par exemple, privilégier les rencontres un Livre vivant/ un Lecteur, ou un Livre pour plusieurs Lecteurs, elle peut durer plusieurs jours ou quelques heures, inclure différents types de vécu, s'annexer à un événement ou non, se tenir dans un lieu public ou viser un public en particulier. Le concept se prête bien aux innovations!

L'interaction avec le "livre" est stimulante et permet vraiment la sensibilisation et défait des préjugés.

J'ai trouvé très agréable d'échanger avec quelqu'un qui s'en est sorti. Une bonne façon de sensibiliser les gens sur la réalité des personnes qui souffrent de problèmes de santé mentale et qui s'en sortent.

Commentaires de Lecteurs de la Bibliothèque vivante du GPS-SM, Mars 2014

Deux partenaires australiens, le Hunter Institute of Mental Health et le Mindframe National Media Initiative, ont publié sur le réseau Internet les résultats de leur activité de Bibliothèque vivante, résultats qui démontrent une diminution des attitudes stigmatisantes :

http://www.himh.org.au/data/assets/pdf_file/0014/5072/J-Skehan-Living-Library-Compatibility-Mode.pdf



Cadre de référence, page 18



LES EFFETS BÉNÉFIQUES DE LA BIBLIOTHÈQUE VIVANTE

Le but premier d'une Bibliothèque vivante est de lutter contre la stigmatisation et les préjugés. Toutefois, la mise en place d'une Bibliothèque vivante, que ce soit un événement unique ou répété, génère plusieurs bénéfices supplémentaires :

- ② Le réseautage : on assiste à l'établissement ou au renforcement des liens entre les acteurs partenaires;

Rares sont les organisations qui ont de cinq à quinze Livres vivants dans leurs rangs, surtout si on cherche une diversité de profils. À ceci s'ajoute la nécessité de trouver trois ou quatre Bibliothécaires, les autres ressources nécessaires au bon déroulement, et la présence d'un public participant et donnant tout son sens à l'activité. L'organisation d'une Bibliothèque vivante nécessite que des partenaires collaborent et tissent de nouveaux liens, donnant lieu à des collaborations parfois inattendues - dessinant de nouveaux réseaux.

- ② La mobilisation : les participants ainsi que les personnes contactées lors du recrutement sont généralement stimulés par le concept de Bibliothèque vivante;

La plupart des acteurs qui participent à la réalisation d'une Bibliothèque vivante veulent revivre l'expérience, dans le même rôle ou dans d'autres. Les postulants qui n'ont pas été choisis à titre le Livre vivant demeurent volontaires pour la prochaine fois, de même que les organismes qui n'ont pu joindre l'activité. Plusieurs personnes impliquées de près ou de loin veulent réaliser leurs propres Bibliothèques vivantes ou faire partie de l'équipe organisatrice. Un nouveau défi se pose alors : répondre à la demande de telles activités et maintenir vivante l'énergie créée.

AFIN DE MAINTENIR LA MOBILISATION, LE RÉSEAUTAGE ET CONSOLIDER LES ACQUIS DE VOTRE PREMIÈRE BIBLIOTHÈQUE VIVANTE, IL PEUT ÊTRE GAGNANT DE PRÉVOIR QUELQUES ACTIVITÉS LIÉES À LA LUTTE CONTRE LA STIGMATISATION DANS L'ANNÉE. TROP SOUVENT DES GENS MOTIVÉS ET PRÊTS À S'IMPLIQUER NE SERONT PAS INTERPELLÉS PENDANT DE LONGUES PÉRIODES, CE QUI PEUT CRÉER UN DÉSENGAGEMENT ET UNE DIMINUTION DE L'INTÉRÊT.

- ② **L'éducation/formation** : les personnes qui participent à une Bibliothèque vivante doivent comprendre et s'approprier le projet;

Chaque personne impliquée dans une Bibliothèque vivante doit comprendre les principes d'action, les valeurs ainsi que les savoirs qui sous-tendent l'activité. Par exemple, les Livres vivants sont autonomes dans leur témoignage, personne ne se tiendra par-dessus leur épaule pour les diriger. Les organisations qui aident au recrutement doivent aussi comprendre les principes et le fonctionnement de la Bibliothèque vivante. Les lieux publics ou privés accueillant l'activité doivent aussi bien saisir le concept et le déroulement pour accepter le partenariat. Faire une Bibliothèque vivante, c'est éduquer et sensibiliser beaucoup d'acteurs en amont.

Un pas de plus vers la pleine citoyenneté et l'égalité : plus particulièrement pour les Livres vivants, la Bibliothèque vivante offre une opportunité d'agir dans la société, de prendre sa place, de donner du sens à son vécu, de se valoriser, de prendre un risque, des initiatives, de combattre des peurs et de tenter de cheminer dans son expérience.



2. LE RECRUTEMENT DE L'ÉQUIPE

La mise sur pied d'une Bibliothèque vivante nécessite de s'allier des partenaires. Ces partenariats permettent de maximiser les effets positifs de la Bibliothèque vivante tout en réduisant les coûts au minimum. L'organisation d'une telle activité nécessite de l'imagination (décuplée avec des échanges), du matériel et des ressources humaines diversifiées (Livres vivants, Bibliothécaires, organisateurs autres, décorateurs, etc.). Parmi les critères de sélection, notons la bonne entente, la bonne volonté, l'énergie contagieuse, le professionnalisme, la complémentarité et la présence active de personnes concernées. Voici quelques postes à combler :

Le Livre vivant est l'intervenant au centre de la stratégie de contact de la Bibliothèque vivante. Son rôle est de rencontrer le ou les Lecteurs afin de transmettre un message honnête d'espoir et d'authenticité. Il a son histoire, personne ne peut lui en dicter une. Tel un livre magique, il a le contrôle des pages qu'il veut bien dévoiler et il peut se refermer quand il le veut. La section suivante porte spécifiquement sur la sélection des Livres vivants.

Le Bibliothécaire est l'aide au bon déroulement. Comme dans une bibliothèque traditionnelle, il accueille les personnes, s'occupe des emprunts, fait des suggestions, s'assure du respect des règlements, aide à trouver les livres et les replace après les emprunts. Il s'occupe aussi d'avertir les Lecteurs lorsque leur prêt arrive à échéance et s'assure que les livres restent en bon état. Il ne contrôle pas les histoires des livres. Il peut aussi s'occuper de l'évaluation de l'activité le cas échéant. Pour éviter un état de confusion dans la logistique, il est préférable d'avoir une équipe de Bibliothécaires, chacun ayant son rôle : accueil-information, réservations, minutage et surveillance, soutien moral, remplaçant, etc. Il est nécessaire d'avoir plusieurs Bibliothécaires.

Le personnel clinique offre un soutien moral, social et psychologique à l'équipe, aux Livres vivants et aux Lecteurs. Il peut s'agir de pairs aidants ou d'autres professionnels (travailleurs sociaux, psychologues, intervenants sociaux, psychoéducateurs, etc.). Le personnel clinique peut être dans une salle de repos ou agir à titre de Bibliothécaire dans la mesure où il y a suffisamment de Bibliothécaires pour qu'il puisse s'absenter pour répondre aux besoins de soutien des Livres vivants et aux lecteurs le cas échéant. Il est à notre sens essentiel qu'il y ait du personnel clinique, idéalement plus d'un.

L'organisateur logistique est le chef d'orchestre, c'est-à-dire la ou les personnes qui s'occuperont de prendre les décisions et les responsabilités concernant le lieu, l'horaire, la nourriture, le recrutement, la rémunération, la communication, etc. Généralement, c'est la personne ressource vers qui aller lors de l'événement. L'organisateur logistique peut aussi remplir les fonctions de formateur et d'agent de communication ci-dessous.

Le formateur est responsable de former les Livres vivants et les Bibliothécaires. Son rôle est de les rendre autonomes en leur donnant les connaissances nécessaires pour s'acquitter de leurs tâches et comprendre celle des autres. C'est aussi un rôle d'écoute et d'échange, les personnes formées devant s'approprier le projet. Il est aussi responsable de communiquer sa confiance dans l'organisation et dans les capacités de chacun. Le formateur peut aussi prendre en charge le recrutement, ce qui implique également d'avoir à expliquer avec tact, respect et vision, le refus de tel ou tel participant potentiel le cas échéant.

L'agent de communication est d'une importance capitale car c'est cet acteur qui sera responsable de la publicité et, indirectement, de l'achalandage. Une Bibliothèque vivante qui n'attire pas assez de Lecteurs est décevante et démotivante pour les Livres vivants et autres participants organisateurs. Outre la publicité, l'agent de communication peut faire la diffusion, la promotion et le lien avec les médias.



2.1. La sélection des Livres vivants

Le choix des Livres vivants est important. Nous cherchons des porteurs d'espoir et des personnes qui peuvent contribuer à donner un visage humain aux stéréotypes liés aux maladies mentales. Nous en connaissons tous, nous savons qui de nos connaissances a telle ou telle habileté, et nous connaissons des personnes en qui nous avons confiance et qui peuvent nous référer des candidats potentiels.

L'idée n'est pas de fausser le message en choisissant des êtres possédant à la perfection toutes les qualités possibles, mais bien de rassembler un éventail de personnes représentant la diversité de notre société et les divers enjeux en santé mentale. Ainsi, il n'est pas nécessaire d'avoir un emploi rémunéré ni de conduire une motocyclette pour donner de l'espoir, comme il n'est pas nécessaire d'être un grand conférencier pour établir un lien avec son interlocuteur. L'expérience nous montre que, pour le bien-être de chacun et de la cause, il faut idéalement un minimum de qualités personnelles pour participer à une Bibliothèque vivante (ce qui n'a rien à voir avec un diagnostic ou une absence de diagnostic de trouble mental). Pensons notamment à rechercher des personnes ayant :

- la motivation de donner de soi pour cette cause et le désir d'apprendre à bien le faire;
- la capacité de repérer et de communiquer ce qui peut donner espoir dans son histoire;
- l'habileté à échanger avec des personnes et à être flexible dans un contexte difficilement prévisible;
- le désir de travailler en équipe;
- la capacité de vivre des stress ou des désagréments sans se désorganiser, notamment lorsque confrontées aux principaux risques possibles suivants :
 - Ne pas se sentir écouté ou compris par le Lecteur (Dreher, Mowbray, 2012 :44);
 - Être de nouveau traumatisé en ressassant de vieux souvenirs encore sensibles (ibid);
 - Devoir faire face à des réactions indésirables du Lecteur (ibid);
 - Vivre la déception de ne pas être emprunté;
 - Se fatiguer en cours d'événement;
 - Devoir gérer l'intensité de sentiments positifs tels que la fierté ou la joie.

La grille à la page suivante est un outil qui peut être utile lors de la sélection des Livres vivants. Il s'agit d'un exemple, vous pouvez le bonifier selon votre vision. La grille permet de voir rapidement la diversité et le profil des personnes recrutées. Les critères présentés dépendent des objectifs poursuivis ainsi que des valeurs du groupe. Par exemple, certains désireront ne pas tenir compte de la diversité des problématiques et diagnostics alors que d'autres en tiendront compte dans le recrutement sans toutefois afficher ces éléments dans le catalogue.





NOMBRE TOTAL LIVRES	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
S'IDENTIFIE À														
Personne en rétablissement														
Pair aidant														
Patient partenaire														
Membre de l'entourage														
EXPÉRIENCE DE DÉVOILEMENT														
Avec expérience														
Avec peu expérience														
Sans expérience														
GENRE														
Femme														
Homme														
ÂGE														
Jeune														
Adulte														
Aîné														
ÉLÉMENT(S) IMPORTANT(S) DE SON RÉTABLISSEMENT (CENTRE DU DISCOURS)														
Famille														
Soins														
Entraide														
Art														
Écriture														
Spiritualité														
Amitiés														
Sport														
Autre														
OCCUPATION														
Au travail														
Aux études														
Bénévolat														
Autre :														

Le recrutement peut se faire à travers votre réseau personnel et professionnel (un réseau est l'ensemble de vos relations et des relations de vos relations), par un affichage dans les organisations de votre territoire, à travers une publicité par courrier électronique ou par les médias sociaux. Tel que mentionné précédemment, il est préférable de fonctionner avec des personnes que vous connaissez ou avec des personnes qui vous sont recommandées. Il va de soi qu'il est possible d'apprendre à connaître une personne avant d'aller plus loin, en allant prendre un café ou une marche avec un nouvel intéressé.



3. LA FORMATION DES LIVRES VIVANTS

La formation des Livres vivants vise à leur permettre de s'approprier le projet et de se préparer au dévoilement et au partage de leur vécu. Puisque les organisateurs ne sont pas toujours au fait des enjeux, défis et avantages du dévoilement, il peut être plus aisé de recruter des Livres vivants qui sont pairs aidants, patients partenaires ou personnes expérimentés dans ce domaine.

Un Mini-Guide du GPS-SM sur le dévoilement est disponible sur le site web de l'AQRP. **Nous vous suggérons fortement de le consulter** si vous prévoyez organiser une Bibliothèque vivante ou si vous envisagez y participez comme Livre vivant. Vous pouvez également contacter des membres de l'équipe de l'AQRP pour obtenir du soutien à ce niveau.

L'idée maitresse de la formation est que les Livres vivants aient une idée très précise du déroulement de l'activité et de leur rôle. C'est aussi le moment de laisser la personne exprimer ses idées, ses impressions, son vécu, son questionnement dans le respect de sa dignité, de son message et de sa couleur propre. C'est aussi l'occasion de rassurer, de guider, d'assurer un soutien et de **garantir la liberté de la personne de se désengager** à tout moment, même à la dernière minute.

3.1. La construction d'une formation destinée aux Livres vivants

Généralement, la formation se fait en toute convivialité (autour d'un repas, d'un café, etc.) quelque temps avant la rencontre. Elle peut se faire à deux ou réunir quelques Livres vivants à la fois (nous suggérons un petit groupe de 2 à 8 personnes). Idéalement, un document que vous produirez et qui couvre chacun des points ci-dessous est remis aux participants.

Éléments à couvrir en formation

1. Accueil des participants et présentation de chacun des membres présents.
Prendre le temps nécessaire pour que chacun puisse échanger, même déborder du thème.
2. L'aperçu du concept de Bibliothèque vivante.
Tel que présenté dans ce document, que vous pouvez accompagner de photos de Bibliothèques vivantes que l'on retrouve sur le web.
3. Comment nous en sommes venus à organiser cette activité?
Il est important de comprendre la chronologie des événements, de l'idée de départ de faire une Bibliothèque vivante jusqu'à la présence des Livres vivants à la formation.
4. Les objectifs de l'activité
Présenter les objectifs des organisateurs et questionner aussi les Livres vivants sur les leurs.
5. L'horaire de la journée générale
6. Le déroulement de la journée pour les Livres vivants (plus spécifique)
7. La présentation des lieux physiques (photos/carte imprimée avec les lieux importants indiqués)



8. L'horaire des Livres (voir exemple p. 21)
9. La logistique sur place, le rôle des Bibliothécaires et des autres participants
10. Comment préparer son contact, son histoire (voir le Mini-Guide sur le dévoilement)
11. De quoi parlent les Livres vivants (voir le Mini-Guide sur le dévoilement)
12. Les règlements (voir exemple p. 24)
13. Le catalogue (voir exemple p. 22)
14. Les préférences de chacun (idées, propositions, etc.)
15. Quoi faire en cas de malaise, d'irrespect ou de violence

En cas d'irrespect ou de violence, ce qui ne s'est pas produit jusqu'à maintenant dans notre expérience, inciter le Livre vivant à cesser la période de Lecture, à indiquer que la Lecture est terminée, à sortir et aller chercher un responsable (Bibliothécaire) dont le rôle est justement de faire respecter les règlements (chacun son rôle). Il est préférable que les Livres vivants ne s'engagent pas à tenter de régler des conflits et risquer que le ton monte, qu'il y ait escalade de violence, de déranger les autres Lectures, de se blesser ou de nuire à la cause. Il est important d'écrire la marche à suivre et de rassurer tous et chacun en mentionnant l'extrême rareté du phénomène ainsi que de la proximité de l'équipe. Au besoin le Livre vivant peut toujours consulter le personnel clinique sur place.

**LE JOUR MÊME DE LA TENUE DE LA BIBLIOTHÈQUE VIVANTE,
LES LIVRES VIVANTS SONT GÉNÉRALEMENT TRÈS FÉBRILES.
IL EST UTILE DE LES REGROUPER AVANT DE DÉBUTER LES LECTURES
ET DE FAIRE UN RAPPEL DES ÉLÉMENTS VUS EN FORMATION.**



3.2. Quelques conseils pour devenir un Best-Seller!

La formation des Livres vivants peut également inclure des éléments ludiques qui rappellent le vocabulaire littéraire des bibliothèques. Ainsi, à titre d'exemple (que vous pouvez utiliser et inclure dans votre document de formation), voici quelques conseils si un Livre vivant veut devenir un Best-Seller :

Comment devenir un Best-Seller

- a) Écrire sa page, son chapitre ou son livre : préparez-vous à votre rôle d'intervenant en lutte contre la stigmatisation en vous informant sur les Bibliothèques vivantes, le rétablissement, la stigmatisation et le dévoilement;
- b) Viser à rester un livre en bon état : lors de l'événement (et avant), prenez le temps de relaxer, de manger et rire entre chaque Lecture. Amusez-vous! Il est important d'avoir à boire, à manger, d'avoir des personnes à qui parler de ce que l'on vit, d'avoir accès à une salle de repos et de se sentir libre et soutenu par le reste de l'équipe;
- c) Opter pour un format qui facilite la Lecture (de poche ou à gros caractères) : l'accueil du Lecteur est important, faites comme si le Lecteur était un invité, être à l'écoute de ses questionnements;
- d) Prévoir une introduction accrocheuse : trouvez une entrée de Lecture brise-glace afin d'aller au-delà du malaise et de faciliter la discussion;
- e) Éviter la fiction : ce n'est pas un Seigneur des anneaux ou un Star Trek, c'est bien plus! C'est votre vie, n'inventez rien, soyez vous-mêmes, honnêtes, respectez les particularités de ce que vous êtes (passé, présent, futur);
- f) Un livre inspirant : il y a de l'espoir à trouver dans chaque histoire, il faut apprendre à le mettre en valeur – il peut s'agir d'un style, d'un angle (ex : souvent en comparant le pire au meilleur);
- g) Le chapitre final dont on se souviendra : prévoir une conclusion, un message à retenir;
- h) Un livre indépendant : vous êtes en contrôle, changez de sujet si vous n'aimez pas la direction de la discussion « je ne veux pas partager ces détails de ma vie »; le témoignage consiste à partager son vécu, son expérience, sans pour autant partager son intimité;
- i) Le livre magique qui se ferme tout seul, c'est vous : ne tolérez pas les violences : se respecter avec respect;
- j) Le livre populaire : soyez prêt à vous répéter encore et encore. Agissez à l'égard de votre interlocuteur comme s'il était la première personne à vous parler;
- k) Le chef d'œuvre oublié : plusieurs bons livres peuvent être oubliés sur une étagère. Ceci n'enlève rien à vos qualités, à l'importance de votre présence. Il y a des choses que l'on ne contrôle pas, ne pas être « emprunté » en fait partie.



4. LE CHOIX DU LIEU ET DE LA PLAGES HORAIRE

Les premières Bibliothèques vivantes étaient liées à un festival de musique.

S'annexer à des événements existants permet :

- ⊗ de rejoindre certains publics particuliers (ex. les jeux des pompiers et policiers);
- ⊗ de renforcer l'ambiance bibliothèque (ex. salon du livre);
- ⊗ de réduire les efforts nécessaires de publicité ou d'en décupler l'effet;
- ⊗ d'assurer un certain achalandage.

Il faut considérer le fait que certains événements ou lieux peuvent comporter davantage de risques pour les Livres, ce qui nécessite davantage de préparation et d'accompagnement, une sélection particulière, un plan d'action adapté en cas de problème.

Il est aussi possible de faire un événement indépendant, lié à aucun événement. Ce type d'initiative peut se tenir dans des lieux fréquentés par un public particulier : écoles, ministère, etc.

Chaque lieu doit inclure :

- un espace d'accueil et de réservation (ci-dessous, à gauche);
- des espaces Lectures (ci-dessous, au centre);
- un espace de repos pour les Livres (ci-dessous, à droite).

Le choix du lieu influence :

- ⊗ l'ambiance (bibliothèque, tentes, resto-café, gymnase d'école, etc.);
- ⊗ la dynamique des discussions selon le degré d'intimité;
- ⊗ le nombre de Lectures possibles à la fois;
- ⊗ la présence de certains publics cibles;
- ⊗ l'accessibilité;
- ⊗ le coût final (salle, nombre de Livres, décorations, etc.);
- ⊗ la « couleur » de l'activité (lieu important pour la localité, lieu marginal, etc.).

Le choix de la plage horaire, le moment et la durée, peut aussi influencer :

- ⊗ l'ambiance (matin, midi, soir, nuit);
- ⊗ le nombre de Lectures possibles;
- ⊗ le public cible présent;
- ⊗ la fatigue des Livres vivants;
- ⊗ les coûts.

Attention! Les heures de repas sont à éviter si possible. Elles réduisent de beaucoup l'achalandage, l'équipe se fatigue sans avoir la satisfaction d'avoir de Lecteurs.



5. LE BUDGET

L'organisation d'une Bibliothèque vivante implique évidemment des coûts. La liste qui suit n'est pas exhaustive mais elle permet d'avoir une idée des principaux postes de dépenses à prévoir :

- Responsables du projet (salaire et avantages sociaux);
- Rémunération des Livres vivants*;
- Rémunération des Bibliothécaires et du personnel clinique s'il y a lieu;
- Frais de transport et de repas;
- Location de salles;
- Location équipement (tentes, chaises...)
- Décorations;
- *T-shirt*, dossards, brassards ou autre matériel permettant d'identifier les Livres vivants et les Bibliothécaires;
- Papeterie.

*La rémunération des Livres vivants varie selon les milieux. À titre de référence, les membres de Reprendre Pouvoir, une association d'utilisateurs de service basée sur l'entraide et le Rétablissement, sont rémunérés lorsqu'ils participent à des comités : La rémunération se fait par l'organisme qui les mandate. Le tarif suggéré est de 30 \$ pour deux heures ou moins, 50 \$ pour une demie journée et 100 \$ pour une journée complète (ACSM-Montréal, 2013, p.8)². Au-delà de la rémunération en argent, il faut prévoir les frais de déplacement et les repas. Évidemment, chaque événement dispose d'un budget différent. De plus, les personnes qui participent comme Livre vivant ou les organisateurs peuvent avoir différentes visions en regard à la rémunération. Certains vont privilégier un salaire à une allocation, alors que d'autres voient la participation à ce type d'activité comme une action bénévole. L'idée demeure de valoriser la participation des Livres vivants, de reconnaître leur apport unique.

² ACSM-Montréal. (2013). Carrefour communautaire-institutionnel-usager : Un modèle d'intégration des utilisateurs dans le développement et l'organisation des services : l'organisme Reprendre pouvoir. [En ligne]. http://acsmmontreal.qc.ca/wp-content/uploads/2013/02/CCIU_modele-integration-utilisateurs.pdf (Page consultée le 10 septembre 2015).



6. LE PLAN DE COMMUNICATION ET LA PUBLICITÉ

La médiatisation de l'événement, le fait de publiciser la Bibliothèque vivante représente **une part majeure du temps à investir** dans l'aventure. L'organisation d'une Bibliothèque vivante représente beaucoup d'énergie, de temps et d'émotion, surtout la première fois. Les Livres vivants veulent être empruntés, encore plus lorsqu'ils ont fait l'expérience d'une ou deux Lectures. **Il est très important de comprendre et de prévoir que l'absence de public amène un sentiment de déception généralisée. À l'inverse, une forte demande amène une énergie et une effervescence dont on se rappellera longtemps avec rires, émotions et fierté.** Il est donc du devoir des organisateurs et participants de faire tout en œuvre pour s'assurer qu'il y ait suffisamment de Lecteurs.

Également, il est possible que les stratégies de contact ne rejoignent qu'une partie de la population au début, soit les gens les plus ouverts, les plus curieux, les plus courageux ou les plus près de nos réseaux, selon le cas. Publiciser les activités, avant et après, dans les différents médias (internet, journaux, affiches en lieux publics, etc.) peut permettre éventuellement de rendre les activités de contact plus familières, plus normales, plus attrayantes, moins étranges, etc.



7. LE DÉROULEMENT DE LA BIBLIOTHÈQUE VIVANTE

Le bon déroulement d'une Bibliothèque vivante demande une préparation minutieuse. Vous devrez prévoir, entre autres, le type et le temps des Lectures, l'horaire des Livres vivants, la réalisation d'un catalogue qui permettra aux Lecteurs de faire leur choix et les procédures de réservation. Un beau défi pour lequel nous vous présentons conseils et outils dans les sections qui suivent.

7.1. Les Lectures

- ⊙ Le **type de Lecture** fait référence à la forme des échanges : un à un, un Livre avec plusieurs Lecteurs, quelques Livres avec plusieurs Lecteurs, etc.
- ⊙ Les échanges d'un Livre avec un groupe de Lecteurs permettent de faire profiter de l'activité à davantage de personnes dans un temps réduit. Selon les participants interrogés informellement (sept Livres vivants, trois Lecteurs et deux organisateurs) des Bibliothèque vivante de l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal (IUSMM) et de la Nuit des sans-abris de Québec, les petits groupes seraient préférés aux grands groupes car ils permettraient davantage d'intimité et d'échanges. Lorsque les groupes sont plus grands, le témoignage se rapproche plus d'une conférence.
- ⊙ Les échanges un à un permettent :
 - d'évaluer l'effet des Lectures avec plus de certitude, éliminant l'effet de groupe;
 - de créer une ambiance plus intime se prêtant davantage aux confidences et au questionnement de part et d'autre;
 - de donner davantage de temps et de latitude pour adapter les discussions aux interlocuteurs.

Six Livres vivants interrogés de l'IUSMM et ayant expérimenté des Lectures pour des groupes et en échange un à un, ont affirmé à l'unanimité préférer les rencontres un à un, pour l'intimité et la plus grande liberté d'échange que ça apporte. On retrouve la même conclusion chez les Livres vivants interrogés par Dreher et Mowbray (2012 :42) en Australie, sauf pour une personne qui préférerait les groupes lorsqu'il s'agissait de jeunes.
- ⊙ Les **durées des Lectures** varient généralement entre 10 et 30 minutes, selon l'événement, avec des pauses allant entre 5 et 15 minutes entre chaque Lecture.
 - Les durées les plus élevées sont associées aux groupes;
 - Les rencontres de 15 minutes avec 5 minutes de pause entre chacune est à notre avis l'idéal;
 - Peu importe le temps alloué aux Lectures, plusieurs Lecteurs ont l'impression que ce n'est pas suffisant 😊.
- ⊙ Le **nombre de Lectures** qu'un Livre vivant peut faire a bien entendu un impact sur le nombre de personnes rejointes mais surtout sur la fatigue des Livres! Faire deux Lectures dans une journée n'exige pas la même implication en termes d'énergie et de personnes rejointes que d'en faire huit en deux heures.



7.2. L'horaire

Il est important de donner le plus d'information possible au Livres vivants et aux Bibliothécaires avant l'activité dans le but explicite qu'ils se sentent en contrôle (et vous aussi!). Les horaires peuvent être construits après la formation initiale, pendant laquelle on aura pris en note les préférences de chacun (incluant les habitudes d'heures de repas si c'est le soir, etc.). On peut ajouter des cartes des lieux et autres informations. L'horaire doit aussi faire en sorte qu'il y ait toujours un nombre suffisant de Livres vivants pouvant être empruntés à chaque plage horaire. On évite donc de donner la pause à tous les Livres en même temps! Voici un exemple d'horaire pour les Livres vivants où la durée des Lectures est de 15 minutes et la pause entre deux Lectures est de cinq minutes, de là les périodes de 20 minutes illustrées ci-dessous.

Horaire des Livres vivants



LIVRES VIVANTS	15:40	16:00	16:20	16:40	17:00	17:20	17:40	18:00	18:20	18:40	19:00
Anne-Marie						pause	pause				
Bernard						pause	pause				
Brigitte						pause	pause				
Diane						pause	pause				
Émilie								pause	pause		
Frances								pause	pause		
Marie								pause	pause		
Réjeanne								pause	pause		
Richard										pause	pause
Sandrine										pause	pause
Sylvie	pause	pause	pause	pause	pause					pause	pause
Victor	pause	pause	pause	pause	pause					pause	pause
Nb de Livres disponibles	10	10	10	10	10	8	8	8	8	8	8



7.3. Le catalogue de Livres

Les catalogues présentent un court synopsis des pages et chapitres que les Livres veulent bien partager dans l'activité. Il ne s'agit aucunement de résumer une vie, il ne s'agit que d'une partie de la personne, telle qu'elle se l'explique aujourd'hui. Le catalogue vise à piquer la curiosité des Lecteurs potentiels et à les amener à emprunter un Livre.

En voici un exemple :



CATALOGUE	
Bibliothèque vivante	
LIVRES	Résumé du chapitre ou de la page
Sandrine	Dans le dédale des voix sombres, retrouver le pouvoir de sa propre voix!
Joé	Se rétablir dans la vingtaine, les défis d'un jeune avec un diagnostic de bipolarité. Comment je me suis sorti des hauts et de bas et comment j'ai réussi à accepter mon diagnostic. Les opportunités sont immenses lorsqu'on s'accepte!
Martine	Du burn-out à la dépression sévère, mes prédispositions, mes séquelles et ma réhabilitation par les arts.
Pierre	Souffrance, intolérance et bienveillance, mon parcours libérateur auprès d'une mère schizophrène.
Guylaine	J'ai une problématique en santé mentale et je l'assume! Vivre mon rétablissement et redonner en Mauricie.
Michel	Le problème de l'âme est sous-estimé en psychiatrie.
Marie-Pier	Syndrome d'Asperger et troubles anxieux, comment une personne avec un triple diagnostic peut-elle s'intégrer dans notre société moderne? Parce que la vraie différence est souvent dans l'œil de celui qui regarde.

Certains catalogues de Bibliothèque vivante vont droit au but en se limitant à une étiquette : le dépressif, le noir, le musulman, etc. Il s'agit de percuter, d'être simple, et de miser sur le fait que l'étiquette doit illustrer le message de la personne.

Plusieurs catalogues de Bibliothèque vivante sont plus élaborés et donnent des indices sur les sujets pouvant être abordés. Cette option permet à chaque Livre de formuler le message qu'il désire. C'est une extension de sa participation à l'organisation de l'activité. Le travail de rédaction, parfois fait avec l'organisateur, aide aussi à se préparer et à créer des liens.

7.4. Le processus de réservation

La feuille de réservation ci-dessous propose un exemple de grille de réservation où chaque Lecture dure 15 minutes et où les pauses sont de 5 minutes. Il s'agit pour les Bibliothécaires d'avoir une feuille semblable à l'exemple ci-dessous et d'enregistrer les Lecteurs intéressés.



FEUILLE DE RÉSERVATION DES LIVRES									
LIVRES VIVANTS	17 :20	17 :40	18 :00	18 :20	18 :40	19 :00	19 :20	19 :40	20 :00
Anne-Marie				<i>Lyne</i>					
Bernard				<i>Paul</i>					
Brigitte			<i>Viviane</i>	<i>Annie</i>					
Diane					<i>Lyne</i>				
Émilie									
Frances	<i>Marc</i>	<i>Josée</i>							
Marie	<i>Josée</i>								
Réjeanne									
Richard		<i>Mario</i>							
Sandrine			<i>Mathieu</i>						
Sylvie									
Victor									

Attention! Ne pas prendre trop de réservations longtemps à l'avance car il pourrait vite ne plus y avoir de place pour les nouveaux visiteurs curieux. Du moins, conserver un minimum de places libres pour cette raison.

La feuille de réservation peut être sur la table des Bibliothécaires. Elle peut aussi être affichée au mur pour permettre au Lecteur de voir les Livres vivants qui sont disponibles. Un système plus amusant peut aussi être utilisé. Par exemple, dans la photo ci-dessous, un tableau placé derrière les Bibliothécaires présentait des pochettes à carte d'emprunt de livres pour chacun des Livres vivants. Un système de cartes de couleurs indiquait si le Livre vivant était disponible ou non à la prochaine Lecture.





7.5. Les règlements

Les règlements doivent être présentés à chaque participant, Lecteurs et Livres vivants. Ce sont à la fois les lignes de conduite, les indications sur la manière de procéder et des clin d'œil ludiques aux bibliothèques traditionnelles.



RÈGLEMENTS BIBLIOTHÈQUE VIVANTE

1. Assurez-vous de ramener votre Livre dans le même état physique et psychologique que vous l'avez emprunté, ne pliez pas le coin des pages et soyez respectueux de la dignité des personnes qui s'ouvrent à vous;
2. Il faut passer au kiosque pour louer un Livre;
3. Chaque Livre peut être emprunté pour 15 minutes maximum;
4. Un seul Lecteur par Livre;
5. Un Lecteur peut emprunter plusieurs Livres dans la journée;
6. Prière de parler à voix basse;
7. Chaque Livre a le contrôle de sa Lecture, il peut garder des détails pour lui, changer le sujet ou se fermer s'il le désire, et ce, sans avoir à se justifier;
8. Des Bibliothécaires sont sur place pour vous rappeler le temps restant aux locations et pour intervenir en cas d'irrespect de l'intégrité des Livres;
9. Passez un beau moment ☺!



8. L'ÉVALUATION DES IMPACTS DE L'ACTIVITÉ

On accorde généralement davantage d'importance aux actions que l'on évalue. Il peut donc être intéressant de tenter d'évaluer l'appréciation de notre activité par les participants et partenaires, ou encore de la réussite de notre plan de communication en termes de nombre de participants qu'on aura rejoints par tel ou tel moyen de diffusion.

Toutefois, l'évaluation des impacts d'une Bibliothèque vivante devrait porter aussi sur l'efficacité de l'activité pour lutter contre la stigmatisation et réduire les préjugés auxquels font face les personnes qui vivent ou ont vécu avec un problème de santé mentale. Car après tout, il s'agit là du but premier de l'activité! D'autre part, plusieurs actions de lutte contre la stigmatisation vont avoir des effets bénéfiques sur le réseautage, la mobilisation, l'empowerment, le rétablissement. Ces effets sont observables et évaluables plus facilement.

Nous pouvons vous aider? Nous vous recommandons fortement de **consulter le Mini-Guide du GPS-SM sur l'évaluation**, disponible sur le site web de l'AQRP, qui vous donne les outils de base pour évaluer vos actions de lutte contre la stigmatisation – vous permettant ainsi de juger des impacts de vos actions et de faire valoir vos réussites. Il est également possible de contacter l'AQRP afin d'obtenir du soutien.

Attention! Nous devons toujours chercher l'équilibre entre évaluation et plaisir, les activités sont mobilisatrices et ne doivent pas être lourdes à outrance. Une personne peut être responsable de l'évaluation afin que tous n'aient pas à ajouter cette préoccupation à leurs tâches. Il demeure que l'évaluation est un lieu d'implication qui peut attirer certaines personnes.





9. LE RETOUR SUR L'ACTIVITÉ ET LE RAPPORT D'AMÉLIORATION

Organiser et réaliser une Bibliothèque vivante est une aventure d'équipe chargée d'émotions de toutes sortes. La Bibliothèque vivante ne se termine pas à la dernière Lecture. Tous ont généralement envie de parler de ce qu'ils ont vu et vécu, de leurs idées et des suites possibles. Ce retour sur l'activité peut se faire la journée même ou dans un futur proche mais il est important. De nouvelles activités seront imaginées, des trucs et du soutien s'échangeront, de même que des rires et des larmes.

C'est une occasion pour chaque personne et pour chaque organisation de s'améliorer et de créer des liens. Les retours informels sont nécessaires, dans certains cas on peut formaliser le processus, en faisant, par exemple, un rapport d'amélioration qui résumera les principales leçons à retenir.





BIBLIOGRAPHIE

La rédaction de ce Mini-Guide a été réalisée à partir de différentes sources, notamment les rapports d'expériences, plans d'action et notes d'interventions des Bibliothèques vivantes observées ou réalisées par l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal (2012-2013-2015), par le Regroupement des organismes de base en santé mentale 04-17 (2014), du Groupe provincial sur la stigmatisation et la discrimination en santé mentale (2014), par les organisateurs de la Nuit des sans-abris de Québec, par l'Association québécoise pour la réadaptation psychosociale (2015) et par la Maison Réalité de l'Outaouais (2015).

Nous nous sommes inspirés également des documents suivants :

Conseil de l'Europe (2005). *La couverture ne fait pas le livre! Le Guide de l'Organisateur de la Bibliothèque vivante*. Publication de la Direction de la Jeunesse et du Sport, 72 pages. [En ligne]. <http://www.enssib.fr/bibliotheque-numerique/documents/48976-la-couverture-ne-fait-pas-le-livre-.pdf> (Page consultée le 10 septembre 2015).

Dreher, T., Mowbray, J. (2012). *The power of one on one – Human libraries and the challenges of antiracism work*, in Shopfront monograph series No 7, University of Technology Sydney.

Human Library organisation (2014). *Don't judge a book by its cover*. [En ligne]. humanlibrary.org (Page consultée le 11 août 2014).

Library Settlement Partnerships de l'Ontario (2011). *How to organize a human library event within LSP*, financé par Citoyenneté et Immigration Canada, 18 pages.

Lismore City Council. (2007). *Lismore's Human Library - Evaluation report of November 6th*. [En ligne]. <http://www.changelingaspects.com/PDF/Living%20Library%20-%20Lismore%20evaluation.pdf> (Page consultée le 11 septembre 2015).

Loubière, C. (2010). *Bibliothèque vivante*, publication de la Maison des usagers du Centre hospitalier Sainte-Anne de Paris (2012).

Samson E. et le GPS-SM. (2014). *La lutte contre la stigmatisation et la discrimination associées aux problèmes de santé mentale au Québec – Cadre de référence*. Association québécoise pour la réadaptation psychosociale. Québec. [En ligne]. <http://aqrp-sm.org/wp-content/uploads/2014/04/cadre-de-reference-GPS-SM.pdf> (Page consultée le 27 août 2015).



Le Groupe provincial sur la stigmatisation et la discrimination en santé mentale (GPS-SM) est un regroupement de partenaires des réseaux public et communautaire de la santé mentale piloté par l'Association québécoise pour la réadaptation psychosociale (AQRP).

Le GPS-SM vise la réduction de la stigmatisation et de la discrimination auxquelles font face les personnes vivant ou ayant vécu avec un problème de santé mentale ainsi que les membres de leur entourage.

En plus des formations sur la lutte contre la stigmatisation et le dévoilement, l'AQRP offre d'autres formations sur des sujets connexes (le rétablissement, les agents de changement, etc.). Contactez-nous pour plus d'information. Il est également possible que vous souhaitiez avoir des conseils ou du soutien pour monter votre Bibliothèque vivante. L'AQRP et son réseau de partenaires du GPS-SM peuvent sans doute vous être utiles. N'hésitez pas à nous contacter.

Vos questions, commentaires, suggestions et demandes sur ce Mini-Guide sont plus que bienvenus, nous les attendons avec impatience! Contactez l'équipe du GPS-SM à l'AQRP pour avancer vos projets, contribuer à la lutte contre la stigmatisation au plan national et créer de nouveaux liens.

Esther Samson
Chargée de projet GPS-SM
esamson@aqrp-sm.org
1-418-523-4190, poste 213

Laurence Caron
Agent de projet et chargé de formation GPS-SM
lmcaron@aqrp-sm.org
1-418-523-4190, poste 222
1-514-377-8258

Association québécoise pour la réadaptation psychosociale
2380, avenue du Mont-Thabor, bur. 205
Québec (Québec) G1J 3W7
www.aqrp-sm.org

AQRP

Association québécoise
pour la réadaptation psychosociale

2380, av. du Mont-Thabor
Bureau 205
Québec (Québec) G1J 3W7
Tél. : 418-523-4190
Télec. : 418-523-7645

admin@aqrp-sm.org
www.aqrp-sm.org

AQRP-SM.ORG



TWITTER

twitter.com/aqrp_sm
twitter.com/filjeunesseaqrp



YOUTUBE

youtube.com/user/AQRPWeb



FACEBOOK

[fr-fr.facebook.com/pages/AQRP-Association-québécoise-pour-la-réadaptation-psychosociale/
290408634338480](https://fr-fr.facebook.com/pages/AQRP-Association-québécoise-pour-la-réadaptation-psychosociale/290408634338480)