

La personne utilisatrice de demain

Bonjour, mon nom est Steve Blanchette et je suis bénévole à l'Association des personnes utilisatrices des services de santé mentale de la région de Québec, plus simplement nommé l'APUR.

La personne utilisatrice de demain devra faire le plein de connaissances donc, elle devra aller à la source de ses besoins pour acquérir celles-ci. Elle devra avoir un savoir expérientiel individuel qu'elle utilisera à bon escient, s'impliquera dans les soins et traitements et alors, coopérera avec les professionnels de la santé dans son cheminement personnel vers le rétablissement.

La personne utilisatrice de demain devra se fixer un rêve ou si vous préférez, un but et pour atteindre ce but, elle devra se fixer des objectifs, des objectifs réalistes qu'elle pourra réaliser à son rythme et en toute confiance, car il est important que ce but, ce rêve demeure le sien. Par la suite, elle devra établir un plan de guérison, un plan de guérison établi pour elle et par elle qu'elle suivra comme bon lui semble et non avec la pression de son entourage (famille, amis, collègues). C'est avec un bon plan que l'on se construit solide et à long terme.

La personne utilisatrice de demain devra avoir un réseau de ressources intérieures, certains appellent cela des outils ; prendre le temps de relaxer, trois bons repas par jour, de l'exercice physique, de la lecture, apprendre à se faire plaisir, car cela est très valorisant et important pour le moral. Elle devra faire preuve de courage dans les moments difficiles pour éviter les rechutes, qui souvent nous atteignent dans les moments où on a baissé la garde. Il sera alors important d'accepter les difficultés journalières pour construire le courage et se donner la force d'accepter. Elle devra faire preuve de persévérance, accepter le jugement d'autrui et aussi le refuser, s'accepter elle-même, car elle sera le plan qu'elle aura choisi de construire. Ici nous pouvons dire que persévérance et courage vont de pairs.

La personne utilisatrice de demain devra développer son potentiel. Le potentiel d'un individu est incroyable quand il apprend à contrôler et à accepter les épreuves du passé, c'est la partie qui l'amène à se surpasser, à grandir. Elle devient un agent de changement. L'agent de changement est cette personne utilisatrice de demain, cette personne qui veut s'accomplir, prouver qu'elle peut encore servir, faire partie d'une structure qui fait partie d'un tout, telle la structure d'un bâtiment entouré de son parement.

L'agent de changement veut faire partie de comités qui ont des décisions importantes à prendre, car il se sent interpellé, il connaît le sujet, connaît le chemin, il veut mettre son expérience au service d'organismes bref, devenir militant pour la cause.

En devenant militant et engagé, l'agent de changement veut aider, accompagner et partager son savoir avec les autres. S'il peut en aider au moins un, c'est peut-être une vie de sauvée. De par son aide, il devient une sorte de pair aidant. Je tiens à souligner que nous avons un système de pairs aidants qui performe très bien et nous devons en être fiers. L'agent de changement est un être qui ne compte pas son temps. Il est prêt à s'impliquer avec les autres usagers, à établir des méthodes d'évaluation des services et des besoins pour chacun.

Pour terminer, l'agent de changement devra s'assurer de la continuité de la source de connaissance, car c'est cette source qui nous abreuve et nous permet d'être les Êtres que nous sommes, car nous sommes des personnes utilisatrices du passé, du présent et de demain. Et pour la région de Québec, demain, ça commence aujourd'hui!

Merci