



*« Enjeux et options menant
à une stratégie en matière de
santé mentale au Nouveau-Brunswick »*

**Présentation au Ministère de la Santé
et au juge Michael McKee**

par

**L'Association acadienne et francophone des aînées et des aînés
du Nouveau-Brunswick**

L'Association des Universités du 3^e âge du Nouveau-Brunswick

**La Société des enseignantes et enseignants
retraités francophones du
Nouveau-Brunswick**

**avec la collaboration du
Dr Fernand Arsenault, Phd.
professeur à la retraite
de l'Université de Moncton**

**Le 24 septembre 2008
Fredericton, NB**

L'Association acadienne et francophone des aînées et aînés du Nouveau-Brunswick est très heureuse d'apporter sa contribution à l'examen du système actuel de services de santé mentale de notre province, examen présidé par le juge Michael McKee que nous estimons beaucoup et en qui nous avons pleine confiance.

Nous avons lu avec grand intérêt Enjeux et options pour mobiliser des discussions menant à une stratégie en matière de santé mentale. Ce document fait naître en nous beaucoup d'espoir car il s'inspire des meilleures études et expériences qui font aujourd'hui autorité sur cet important dossier de la santé mentale. Nous sommes d'avis qu'il contient tous les éléments d'une solide stratégie provinciale de promotion de la santé mentale et de lutte contre la maladie mentale.

Il s'agit maintenant d'en préciser les articulations et de travailler tous ensemble à sa mise en place. Nous en sortirons tous gagnants comme le déclare l'honorable Michael Kirby, président de la toute nouvelle Commission de la santé mentale du Canada :« Il y va de l'intérêt de nous tous – en tant que citoyens d'un pays engagé à ce que tous ses citoyens soient traités de façon juste et équitable – d'aider les gens vivant avec une maladie mentale à vivre une vie satisfaisante et productive ».

Nous sommes très heureux de constater que le document Enjeux et options s'intéresse principalement

déterminants de la santé mentale et qu'il nous fait prendre davantage conscience que « la bonne santé physique et la bonne santé mentale vont de pair ». Nous sommes de plus en plus convaincus qu'il n'y a pas de santé sans santé mentale. Un vieux médecin de chez-nous, le Dr Camille Gaudet de Memramcook, nous répétait souvent que, selon son expérience, 98% des maladies avaient des causes psychosomatiques. Plusieurs recherches contemporaines en arrivent à la même conclusion.

Notre contribution

À titre d'ainés de notre société, en nous basant sur nos lectures et expériences personnelles, sur les travaux et réalisations de l'Association canadienne pour la santé mentale et de plusieurs autres organismes oeuvrant dans le même domaine, nous voulons affirmer l'urgence de donner à notre province et à notre pays une solide stratégie de promotion de la santé mentale et de lutte contre toutes formes de maladie mentale. Nous avons connu et nous connaissons toujours les terribles souffrances qu'engendrent dans les familles et dans le milieu de travail les dépressions, le vieillissement, les dépendances à l'alcool, aux drogues ainsi que les maladies mentales de toutes sortes.

Nous croyons fermement qu'en travaillant tous ensemble nous pouvons diminuer considérablement et souvent éliminer ces drames humains qui détruisent des milliers d'enfants et d'adultes, qui ruinent la vie de

nombreuses familles et étouffent le goût de vivre de bien des communautés. Il n'est pas normal aujourd'hui que nous tolérions qu'une personne sur cinq soit condamnée à vivre l'épreuve de la maladie mentale. Nous avons les connaissances et les moyens qui nous permettent, si nous le voulons, de redonner à nos enfants et petits enfants ce goût de vivre, cette santé mentale que l'Organisation mondiale de la santé définit comme « un état de bien-être dans lequel chaque personne réalise son potentiel, fait face aux difficultés normales de la vie, travaille avec succès de manière productive et peut apporter sa contribution à la communauté ».

Voici donc quelques propositions que nous aimons vous soumettre et que nous aimerions retrouver, c'est évident, sous une forme ou sous une autre, dans une stratégie de promotion de la santé mentale au Nouveau-Brunswick.

1- Respect sacré de la dignité humaine

De nombreuses personnes se plaignent de ne pas se sentir respectées dans leur dignité personnelle lorsqu'elles font appel aux services de santé mentale et aux diverses agences gouvernementales, surtout lorsque ces personnes sont jeunes, âgées, pauvres ou démunis. Elles se disent souvent dévalorisées, écrasées par le pouvoir des professionnels et par le paternalisme dont il font preuve à leur égard. On entend également ces

mêmes plaintes chez plusieurs résidents de foyers de soins et chez bien des personnes âgées.

La science ne semble pas tenir compte du vécu, de l'expérience personnelle de ces hommes et de ces femmes qui pourraient, dans bien des cas, contribuer à leur propre rétablissement. Pourtant, le caractère sacré de chaque personne, la contribution unique qu'elle est appelée à apporter à la société est reconnue par la philosophie, la science, la religion et le droit. L'organisation des Nations Unies a fondé sa déclaration solennelle des droits de l'homme ou de la personne sur cette dignité inviolable de tout être humain.

Les médecins de chez-nous, les infirmiers et infirmières, les membres du personnel de soutien qui savent reconnaître et tenir compte de la profonde dignité de leur patients peuvent témoigner des effets bénéfiques d'une telle approche dans la promotion de la santé mentale.

Ce respect de la personne devrait se traduire de façon concrète de bien des façons. Par exemple, en ne laissant pas les gens souffrir sur des listes d'attente, en allant voir chez-eux ceux et celles qui n'ont pas les moyens de se rendre à l'hôpital, en expliquant aux familles le processus dans lequel on s'engage, en écoutant attentivement la souffrance de ces personnes au lieu de mettre toute sa confiance dans le dossier informatisé, en assurant

ces familles que leur appel à l'aide va déclencher une stratégie de guérison avec l'assistance d'un personnel doué de compétences et de compassion.

Nous recommandons donc :

- 1.1- Que notre système d'éducation attache une grande importance à la promotion et au respect de la dignité humaine de toute personne, surtout des pauvres, des aînés, des malades et des démunis.**
- 1.2- Que dans les divers ministères, le respect de la dignité humaine soit une qualité essentielle que l'on exige des employés qui ont affaire avec le public, surtout dans le domaine de la santé, en éducation et dans les services sociaux. Il nous faut trouver chez le personnel de ces ministères un empressement à servir, une certaine autonomie qui permet de sortir des sentiers battus afin de venir en aide à des personnes et non à des carrières ou à des dossiers.**
- 1.3- Que dans le système d'éducation et par tous les moyens modernes de communication, on apprenne à nos enfants l'art d'accueillir, de respecter et d'aimer l'autre avec sa différence.**

2- Mettre fin à la stigmatisation de la maladie mentale.

Nous souhaitons qu'une stratégie provinciale de promotion de la santé mentale fasse sienne l'objectif prioritaire de la Commission de la santé mentale du Canada : Entreprendre une grande campagne d'éducation du public dans le but de modifier les perceptions et les comportements au sujet de la santé mentale et de la maladie mentale au sein de la population en général, dans les milieux des politiques ainsi qu'au sein du système de soins de santé. Il nous faut mettre fin à la stigmatisation de la maladie mentale et éliminer la discrimination envers les personnes qui vivent avec une maladie mentale.

Cette stigmatisation est source de grandes souffrances et un des pires obstacles à la guérison. Pour les aînés, en plus de la stigmatisation attachée à la maladie mentale il leur faut affronter celle rattachée au fait d'être souvent exclus du monde du travail et classés parmi ceux et celles qui ne sont plus utiles à la société. C'est une double souffrance qui peut expliquer en partie pourquoi le taux de suicide est tellement élevé dans notre catégorie d'âge.

3- Abolition de la pauvreté

De nombreuses études démontrent que les problèmes de santé, surtout de santé mentale, sont souvent aggravés par une situation de pauvreté, de mauvais logement et de chômage. Il faut parfois déplorer que des agents des services d'habitation ne regardent que les aspects financiers et matériels. Certains travailleurs sociaux avouent qu'ils doivent parfois se battre pour faire reconnaître le besoin de logement pour ceux qui ont des problèmes émotifs. Si par malheur ils n'ont pas payé leur logement à heure et à temps, ils sont bannis de la liste pour un autre logement. Quand on leur offre un logement, il arrive que ce soit dans une région reculée, loin des services. C'est un grave problème car ces personnes n'ont habituellement pas de moyen de transport.

Nous recommandons :

3.1 Que notre province se donne comme objectif prioritaire : l'abolition de la pauvreté sous toutes ses formes. Cet objectif est réaliste comme le démontrent plusieurs études bien documentées. Une province sans pauvreté diminuerait grandement ses dépenses en santé, en bien-être social, en sécurité publique et en incarcération sans compter qu'elle permettrait l'éclosion de nombreux talents qui sont assassinés par le non respect des droits fondamentaux de la personne.

3.2- Que notre province se dote d'un audacieux programme de création d'emplois, surtout pour personnes victimes de maladie mentale ou avec handicap physique et intellectuel. Des subventions seraient accordées aux entreprises pour des « accompagnants » quand elles embauchent des personnes ayant des troubles émotifs ce qui faciliterait leur adaptation et intégration.

3.3- Que le salaire minimum atteigne rapidement le niveau qui permet de vivre au dessus du seuil de la pauvreté;

3.4- Pour les aînés qui ne possèdent pas de plan de pension, nous recommandons qu'un revenu garanti suffisant leur soit assuré pour vivre dans la dignité;

3.5- Que tous les citoyens de la province puissent jouir d'un logement qui respecte les exigences de santé et de dignité humaine.

4- Apprendre à aimer

Notre monde est malade, gravement malade, parce que ses enfants ont peur de s'aventurer sur les sentiers de la justice, de la fraternité et de l'amour. L'amour est pourtant l'énergie fondamentale qui a permis la création et l'évolution de l'univers. Pour

vivre et d'épanouir, la personne, toute personne a besoin d'être aimé et d'aimer. C'est une question de vie et de mort. De nombreuses recherches l'ont démontré clairement.

Les personnes qui souffrent de problèmes de santé mentale ont davantage besoin de compréhension et d'amour que de médicaments. Comme tout le monde, elles ont besoin de se sentir valorisées, elles ont besoin de chaleur humaine, d'amitié, de présence. Il faut visiter des foyers de soins pour s'en convaincre rapidement. Même si nous ne pouvons pas mettre de côté la dimension médicale et psychiatrique dans le processus de guérison, nous sommes forcés de reconnaître que l'amour vrai et sincère est l'élément capital d'une vie saine et productive.

Nous recommandons que notre système d'éducation et tous les intervenants oeuvrant dans le domaine de la santé publique s'interrogent sérieusement sur la place que devrait occuper l'amour et la fraternité dans notre projet de société. Nos enfants doivent apprendre très tôt à développer une fierté personnelle, à valoriser les différences chez les personnes et les communautés culturelles, à s'émerveiller devant les beautés de l'univers et la profondeur du mystère de celui ou de celle qu'ils croisent sur leur route. Ils découvriront ainsi et très vite l'art de vaincre leur

peur de l'autre et la joie de savoir goûter les richesses de la complémentarité.

5- Valoriser l'expérience des survivants de la maladie mentale.

Depuis quelques années, plusieurs personnes ont trouvé dans des groupes d'entraide un moyen très efficace de surmonter la dure épreuve d'un handicap mental ou intellectuel. Le groupe Our Voice/Notre Voix en est un exemple convaincant. Avec l'appui de l'ancienne Commission de la santé mentale et des organismes comme l'Association canadienne pour la santé mentale, ces groupes ont aidé de nombreuses personnes à regagner un degré important de contrôle sur leur vie, à enraciner une meilleure confiance en soi et à prendre une place significative dans leur société.

Nous souhaitons vivement, nous les aînés francophones et acadiens du Nouveau-Brunswick, qu'une stratégie de promotion en santé mentale valorise l'expérience de ces groupes d'entraide et établisse entre eux et les professionnels de la santé de véritables partenariats.

6- Intensifier la recherche en santé mentale

La recherche en santé mentale a été depuis longtemps le parent pauvre du secteur recherche en santé. Environ 7% seulement des sommes

consacrées à la recherche en santé sont attribuées à la santé mentale. Pourtant nous sommes toujours d'accord pour croire qu'il n'y a pas de santé sans santé mentale.

Nous recommandons au gouvernement du Nouveau-Brunswick de corriger cette situation le plus tôt possible. En collaboration avec la Commission canadienne pour la santé mentale, nous devons inciter nos gouvernements à investir davantage dans la recherche en santé mentale. Mais cette recherche ne doit pas être centrée principalement sur la pharmacothérapie. Elle se doit d'envisager la santé mentale dans toutes ses constituantes et remettre en cause les structures sociales qui conditionnent radicalement la vie des gens.

7- Quelques recommandations plus spécifiques

7.1- Des services à domicile en santé mentale – Qu'un service de soins à domicile en santé mentale, formé d'un personnel compétent vienne s'ajouter à l'excellent travail de l'Hôpital extra-mural. Ce service apporterait une aide appréciée aux aînés et aux familles qui se sentent souvent désemparées face à la maladie mentale et qui éprouvent beaucoup de stress lorsqu'il s'agit de se rendre à l'hôpital ou dans une clinique de santé mentale. De plus, ces services avantageraient grandement tous ceux et celles qui n'ont pas de voiture ou qui ne

possèdent pas de moyen de transport en commun dans leur région.

Nous recommandons également qu'une équipe professionnelle d'intervention mobile et rapide soit mise sur pied dans chacune des grandes régions de la province afin d'intervenir efficacement dans les situations de crise. Nos corps policiers pourront prêter leur collaboration à ces équipes mobiles mais ils n'ont pas la préparation nécessaire pour agir professionnellement dans de telles situations. L'expérience d'un tel projet dans la grande région de Saint-John nous apparaît très convaincante.

7.2- Physiothérapie – Que l'on améliore de façon radicale le service de physiothérapie pour les personnes qui habitent dans des foyers de soins et pour celles qui souhaitent demeurer le plus longtemps possible dans leur résidence. Des études scientifiques ont démontré qu'un bon programme de physiothérapie contribue à une meilleure santé mentale, à une meilleure qualité de vie et permet aux aînés de demeurer plus longtemps autonome. Ceux et celles qui ont fait l'expérience du programme Grouille ou rouille peuvent en témoigner de façon éloquente.

7.3- Donner plus d'accessibilité aux services des psychologues et travailleurs sociaux professionnels

Étant donné les longues listes d'attente qui existent souvent dans nos cliniques de santé mentale, étant donné qu'un lourd stigma pèse encore sur les victimes de maladies mentales, nous recommandons que les personnes qui ont besoin de l'aide d'un ou d'une psychologue ou d'un travailleur social puisse s'adresser à un professionnel de leur choix et que les honoraires soient assumés par le système de santé du Nouveau-Brunswick.

Cette pratique favoriserait le caractère confidentiel de la démarche. Nous recommandons également que la province encourage l'établissement de cliniques de thérapie familiale bien réglementées dans chacune de nos régions. Ce service nous semble vraiment nécessaire dans toutes nos communautés.

7.4 – Le service de psychiatrie provinciale pour enfants et adolescents(CAPU), situé à l'Hôpital de Moncton, doit être repensé et sérieusement amélioré de façon à mieux servir la population de langue française. Les psychiatres qui y sont rattachés connaissent très peu la langue française. Les membres du Comité aviseur en santé mentale de l'ancienne région no.1 ont souvent noté de graves lacunes sur ce point dans le passé.

Nous recommandons que chacun de nos hôpitaux régionaux soit doté d'un service de psychiatrie pour enfants et adolescents. Il est inhumain d'imposer à de jeunes enfants, qui souffrent déjà beaucoup de se voir handicapés par des problèmes mentaux, une telle séparation de leur famille pendant plusieurs semaines et par des centaines de kilomètres. Cette situation engendrent de trop grandes souffrances chez les personnes concernées et constitue un grave obstacle à la guérison.

7.5- La Commission de la santé mentale du Nouveau-Brunswick, créée en 1989 et abolie en 1996, a été pendant sept années le grand artisan des progrès notoires que nous avons réalisés chez-nous en santé mentale. Nous souhaitons vivement que cette commission soit remise sur pied et que les comités aviseurs régionaux, formés de bénévoles, reprennent le plus tôt possible leur rôle indispensable dans l'amélioration de nos services de santé mentale.

7.6- Amélioration des espaces au Département de psychiatrie de l'Hôpital Georges-Dumont
Plusieurs démarches ont été entreprises, dans le passé, par les membres du Comité aviseur régional en santé mentale, pour demander l'amélioration des espaces dans ce département. Leurs demandes sont demeurées infructueuses. L'HGD a besoin de locaux plus chaleureux et plus nombreux qui

permettraient aux visiteurs de se réunir de façon plus intime avec leur ami ou un membre de leur famille. Présentement, ces visites se font dans une petite salle commune en présence de tous les autres résidents du département. Le salon et la salle à manger doivent être rénovés et la salle d'ergothérapie, agrandie. C'est une urgence si l'on veut respecter la dignité des personnes hospitalisées.

Il faudrait également revoir la politique des heures de visite dans nos départements de psychiatrie de façon à faciliter une plus grande présence des parents et amis auprès des personnes hospitalisées. Cette présence peut grandement contribuer au rétablissement rapide de la personne malade.

8- Toxicomanie

La toxicomanie continue à faire de nombreuses victimes dans nos communautés et dans le monde. Malgré les milliards dépensés pour contrer les effets néfastes de la drogue, malgré les milliers de vies humaines sacrifiées dans cette guerre, le fléau de la drogue fait de plus en plus de victimes chez notre jeunesse et dans toutes les classes de la société. Des enfants de plus en plus jeunes se font prendre au piège de ces marchands d'illusion pour leur plus grand malheur et au grand désespoir de leurs familles qui se sentent tellement impuissantes devant ces drames humains.

Nous recommandons qu'une stratégie provinciale de promotion de la santé mentale repense tout le plan de match actuel de la guerre à la drogue. Nous pouvons maintenant nous inspirer de plusieurs études effectuées aux États-Unis, au Canada et ailleurs dans le monde par des professionnels de diverses compétences et par des anciens chefs de police qui ont œuvré de longues années dans le domaine de la criminalité et du narco-trafique. Leur conclusions sont unanimes : le combat que nous menons depuis trente ans contre la drogue ne donne aucun résultat positifs et la situation ne fait que s'aggraver. Nous devons le plus tôt possible apporter des changements drastiques à la stratégie actuelle.

Dans l'immédiat, nous recommandons que l'on intensifie le travail de nos équipes qui oeuvrent dans des cliniques de désintoxication et dans les cliniques de métadone de façon à ce qu'aucun de nos enfants ne figurent sur des listses d'attente. La souffrance de ces jeunes est souvent intolérable et ils ne peuvent attendre pour recevoir les soins de qualité dont ils ont grandement besoin. En nous portant rapidement à leur secours, nous sauverons de nombreuses et jeunes vies et nous épargnerons de terribles souffrances à leur famille.

Nous recommandons que ces cliniques soient dotées d'un personnel compétent et très sensibilisé aux multiples défis que rencontrent ces personnes

aux prises avec des dépendances. Elles ont souvent perdu tout estime d'elles-mêmes et elles ont un urgent besoin de rencontrer des professionnels qui sauront les accompagner, les valoriser, les respecter et les aimer sur la longue route qui les mènera à l'autonomie retrouvée.

En conclusion

L'Association acadienne et francophone des aînées et aînés du Nouveau-Brunswick est fière de vous assurer, monsieur le juge Michael McKee, vous et tous les membres de votre groupe de travail, de son entière collaboration dans l'importante tâche que vous entreprenez pour le mieux-être de tous les citoyennes et citoyens de cette province. Certaines de nos suggestions et recommandations vous apparaîtront peut-être un peu idéalistes mais nous sommes convaincus qu'il ne faut pas mettre de limites à nos rêves, surtout lorsqu'il s'agit du bonheur de nos enfants, de nos petits enfants et de l'avenir de notre planète.

Nous mêmes les aînés et les générations qui nous ont précédés, nous avons doté notre société d'outils puissants qui nous permettent de croire que tout est possible. Malheureusement, aujourd'hui, nous utilisons ces merveilleux outils pour faire la guerre, pour assassiner des millions d'êtres humains par le glaive de la faim et empoisonner notre maison commune : la terre. Nous sommes tous conscients de la gravité de

l'heure. De nombreuses voix nous supplient de nous réveiller avant qu'il ne soit trop tard.

Ensemble, nous pouvons et devons prendre la décision d'agir. Si nous le voulons, nous pouvons utiliser nos immenses richesses pour faire tomber les barrières qui nous séparent les uns des autres, pour nous libérer de nos peurs, de nos angoisses, de nos préjugés. Nous trouverons ensemble les moyens d'augmenter notre goût de vivre, de libérer la créativité de tous nos concitoyens et nous construirons un monde de justice, de solidarité et de paix . C'est là le chemin le plus sûr qui nous conduira à une bonne santé mentale pour tous. Nous sommes faits pour le bonheur. Pour y arriver, il est nécessaire que ce bonheur soit accessible à tous et à toutes. Pourquoi ne nous donnerions-nous pas ce défi?
