

Préface de *Il était une fois... les Dames de cœur*

D'entrée de jeu, je tiens à féliciter et à remercier l'Écho des Femmes de la Petite Patrie pour avoir relevé tous les défis qui ont jalonné le processus de création du groupe d'entraide les *Dames de cœur* et pour avoir décidé de partager avec nous cette expérience exceptionnelle d'intervention auprès de femmes en détresse psychologique grâce au présent guide intitulé, *Il était une fois... Les Dames de cœur*.

Au-delà du récit, ce qu'il faut d'abord en retenir, c'est la qualité de l'intervention qui se résume en un simple mot: RESPECT. Ce respect se manifeste par l'accueil que réservent les *Dames de cœur* aux femmes qui souffrent. Elles sont crues, elles sont acceptées comme elles se présentent. Chaque femme peut découvrir, développer et mettre en œuvre ses propres stratégies, ses décisions et des réponses à ses problèmes. Tout cela à son rythme, dans un esprit résolument féministe et à ma grande satisfaction, dans un groupe qui accorde la priorité à l'expression des émotions, particulièrement la colère.

Depuis plus de vingt ans, je considère l'expression de la colère comme l'un des principaux outils offerts à chaque femme en détresse pour lui permettre de (re)trouver son identité propre, son estime d'elle-même et sa capacité à (re)passer à l'action, qu'elle soit individuelle ou collective. Durant mes formations, j'ai souvent eu l'impression d'ouvrir une porte que les femmes auraient préféré laisser fermée. Aujourd'hui, à 78 ans, je ressens un grand soulagement teinté d'une certaine fierté de constater que non seulement le message passe mais qu'il est mis en œuvre. Ouf! La relève semble présente et active en intervention féministe.

Bien sûr, le guide *Il était une fois...les Dames de Cœur* ne dit pas tout. C'était à la fois impossible et indésirable. Il ouvre cependant la voie à bien des questionnements et des réflexions. C'est heureux, car l'expérience doit rester vivante et servir d'inspiration à toutes celles qui nous suivent.

Je termine en recommandant avec enthousiasme la lecture de ce guide à toutes les intervenantes, dans les centres de femmes ou dans tout autre groupe qui s'intéresse à la santé mentale des femmes. Nous toutes avons besoin de trouver une façon de faire face et de vivre avec la détresse psychologique grandissante des femmes. Ce document nous livre un vibrant témoignage d'une action concrète dans ce sens. Je ne saurais trop vous dire, BRAVO MESDAMES!!!

FERNANDE MÉNARD

Militante féministe et Intervenante en santé des femmes.

Depuis 43 ans, dont 27 en santé mentale.

