

# L'AUTRE côté

## de la pilule

**UNE FORMATION** favorisant l'appropriation du pouvoir des personnes vivant ou ayant vécu un problème de santé mentale

« Je connais mes droits et je fais mes choix. »

### DROITS

- À l'information
- Au consentement
- À la participation
- À l'accompagnement

**RECOURS** et **RESSOURCES D'AIDE** pour les exercer

### LIBRE-CHOIX et APPROPRIATION DU POUVOIR

- Thérapies alternatives
- Gestion autonome de la médication (GAM)
- Méthode de sevrage progressif : outils et symptômes

**UNE FORMATION** visant l'acquisition de connaissances sur les médicaments et la compréhension de leurs effets

« Je connais ma médication. »

### INDUSTRIE

pharmaceutique et produits de consommation

### QUI PRESCRIT QUOI ?

- Médicament d'origine
- Médicament générique

### MÉCANISME D'ACTION DES PSYCHOTROPES

### FAMILLES

- Antidépresseurs
- Neuroleptiques
- Antiparkinsoniens
- Tranquillisants & somnifères
- Régulateurs de l'humeur

### EXPLICATION DE LEUR ACTION

- Taux d'efficacité
- Principe actif
- Écarts des doses
- Demi-vie
- Indications
- Contre-indications
- Effets secondaires fréquents et moins fréquents
- Interactions médicamenteuses
- Risques liés au surdosage
- Monitoring

« Une formation critique et non antipsychiatrique fondée sur l'exercice de mes droits. »

« Lorsque j'exerce ma vision critique, je me fais ma propre opinion en ne tenant rien pour acquis. Lorsqu'on me prescrit un médicament, je sais quelles questions poser. »



AGIDD-SMQ

ASSOCIATION DES GROUPES D'INTERVENTION  
EN DÉFENSE DES DROITS EN SANTÉ MENTALE  
DU QUÉBEC

### MISE EN GARDE :

Ne jamais arrêter d'un coup ses médicaments.

