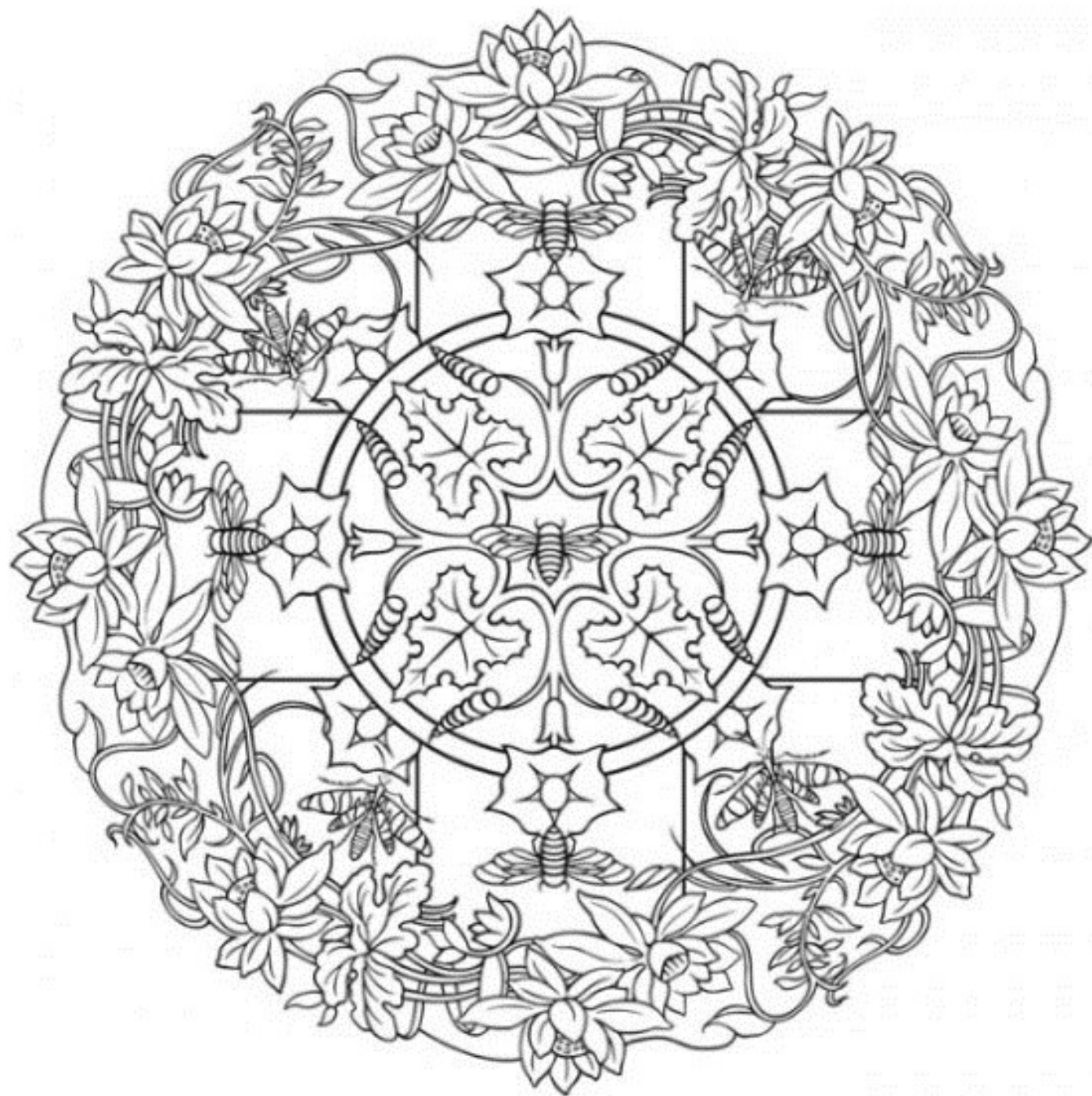


Pourquoi ne pas tenter de colorier un mandala?



Source : <http://craftgossip.com/category/stamping-freebies/>

Votre journal partenaire

Une initiative du [Conseil multidisciplinaire de l'Institut Philippe-Pinel de Montréal](#)

ÉDITORIAL

En ce début d'année, nous vous souhaitons une belle et merveilleuse année 2018 ! Qu'elle puisse vous procurer de la sérénité, de l'apaisement, ainsi que des petits et grands bonheurs au quotidien.

Pour ce troisième numéro de Mozaïk, nous vous avons concocté un grand nombre de sujets à lire. Revivez avec nous certains événements marquants des dernières semaines, comme le lancement de Mozaïk, votre journal partenaire, le 5 octobre 2017. Nous reviendrons également sur les activités du temps des Fêtes qui vous ont permis de vivre des moments magiques et féériques avec vos proches et/ou vos familles.

Dans nos pages, vous pourrez lire l'entrevue que nous a accordée M. Fabien Lemay, le président du Comité des usagers. Vous saurez tout sur son rôle et la raison de sa longévité exceptionnelle en tant que président depuis maintenant 28 ans!

Nous vous emmènerons aussi à la découverte des Conseils d'unité, lieu privilégié qui permet aux patients d'exprimer leurs attentes, leurs besoins et qui les incite à jouer un rôle actif sur leur unité.

Parlons sports et arts. Vous découvrirez en quoi consiste l'activité *Maîtrise de soi* actuellement offerte à des adolescents de l'unité F-2. Deux jeunes nous livrent d'ailleurs un témoignage touchant et inspirant sur la façon dont cet art martial leur permet au quotidien de surmonter leurs pensées négatives, leur agressivité et leur colère. Suzanne Cloutier nous présente l'art-thérapie, une autre activité très appréciée par nos patients, qui expriment ainsi toute leur créativité.

Les membres du comité de rédaction et tous nos collaborateurs travaillent très fort pour vous offrir des contenus pertinents, axés à la fois sur les actualités de notre Institut mais aussi sur les plus belles façons de se sentir mieux au quotidien. Nous vous avons concocté une toute nouvelle rubrique: les **portraits d'unités**. Une façon de se rendre compte de tous les projets enthousiasmants et de la vitalité qui fourmille jour après jour dans l'Institut.

Mozaïk est heureux de poursuivre avec vous cette belle aventure. N'oubliez pas que ce journal vous appartient et que vous pouvez vous y exprimer de la façon qui vous convient le mieux. Alors, écrivez-nous, passez nous voir! Nous sommes là pour vous.

Le comité de rédaction

À NE PAS MANQUER !!

BELL cause pour la cause

Mercredi 31 janvier 2018

Journée dédiée au bien-être de la population et contre la stigmatisation des personnes qui souffrent de maladie mentale
<https://cause.bell.ca/fr/>

Eating Disorder Awareness Week

Du 1 au 7 février 2018

National Eating Disorder Information Centre
<http://nedic.ca/>

Mois de la psychologie

Février 2018

Société canadienne de psychologie
<http://www.cpa.ca/psychologymonthfr/>

SOMMAIRE

Évènements passés	2-3
Informations	4
Entrevue	5
Portraits d'unités	6-7
Maîtrise de soi	8
Témoignages	9
Art-thérapie	10
Galerie d'art & Pi-Miel	11
À vos crayons	12

CONTACTEZ-NOUS

Vous avez des questions ou des commentaires sur le journal, vous souhaitez nous soumettre une idée ou un article :

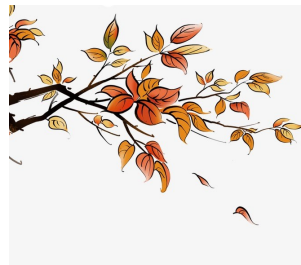
conseil.multi.ippm@ssss.gouv.qc.ca
514.648.8461

Élizabeth Mandeville
Présidente du CM, poste 212

Karima Kahlaoui
Responsable du journal, poste 541

Comité de rédaction: Julie Benjamin, Céline Dogru, Jacques Grégoire, Vicky Lafleur, Sébastien Lessard, Karima Kahlaoui, Élizabeth Mandeville, Martin Pelletier, Gérald Pierre, Josianne Ricard.

Collaborateurs invités: Adolescents du F-2, David Clément, Matthieu Cloutier, Suzanne Cloutier, Anne Crocker, Annie Côté, Équipes A-1 /A-2, Tobie Raphaël Forget, Jean-Philippe Gagnon, Robert Groleau, Tommy Langevin, Fabien Lemay, Antonella Orsini.



Souvenirs des évènements de l'automne 2017

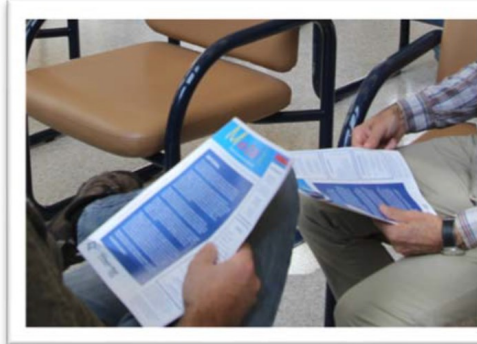
Lancement du journal **Mozaïk**

Le jeudi **5 octobre 2017**, au parloir, des représentants du **Conseil multidisciplinaire** lançaient le nouveau journal des patients et des familles, le journal **Mozaïk**.

Plusieurs dizaines de personnes étaient présentes pour l'évènement : **personnel** de l'hôpital et **patients** des unités.

Mozaïk souhaite promouvoir une **image positive** de l'établissement et diffuser une seule et même **information** aux patients, aux famille et aux proches.

C'est un journal créé par et pour **tous**.



Journée de la marche

Le **28 septembre 2017** dernier, une marche a été organisée pour tous les patients dans la **cour moyenne** de l'Institut afin de les sensibiliser aux **bienfaits** de la **marche à pied**. Cette activité consistait également à promouvoir l'adoption et le maintien de **saines habitudes alimentaires**.

Il y avait différents **kiosques** : Yoga; présentation de course à pied de l'unité D-1; dégustation de chocolat noir, de fruits et légumes variés, et de boissons santé préparées à partir d'épices et de fruits.

L'**ambiance** était festive avec notamment des tirages et de la musique. Tous les participants ont reçu une boîte cadeau de choco-canneberges et chaque unité s'est vue offrir un panier de pommes et de poires de notre jardin, ainsi que des documents en lien avec la santé. À la fin de l'activité, nous avons reçu des participants plusieurs commentaires positifs.

Nous tenons à **remercier** les patients et le personnel pour leur **contribution** dans la préparation des chocolats décoratifs et à la réalisation de cette belle activité.



Bravo à tous pour ces belles initiatives qui font toute la différence dans

Le King, jeune de l'unité F-2



Transparence, Tommy Langewin (Services externes)



«**L'art-thérapie**, c'est comme chercher de l'or. C'est comme si j'étais dans une grotte et je cherchais mon chemin.

Je réfléchis énormément aux œuvres que je fais. Les œuvres m'informent sur moi; c'est une partie de moi que je rattache dans l'œuvre».

Tobie Raphaël Forget (Services externes)



**UN MIEL
FABRIQUÉ
PAR ET POUR
L'INSTITUT**

Au **printemps 2017**, l'Institut a décidé de s'impliquer dans un projet de développement durable original. Deux **ruches** ont alors été installées sur le terrain de l'Institut, dans un endroit isolé et sécuritaire. Tout au long de l'été, les **abeilles** se sont affairées à fabriquer du **miel biologique**.

Grâce à elles, à l'automne dernier, ce sont plus de 200 pots de **miel** qui ont été produits et tous ont été vendus. On a également remis une partie de la récolte de **miel** à l'équipe du Service de l'alimentation, afin qu'elle l'utilise comme alternative au sucre raffiné dans les recettes de la cuisine de Pinel.

Les fonds amassés par la vente des pots de **miel** seront réinvestis dans le projet pour la prochaine production qui débutera au printemps prochain.

Par cette action, l'organisation pose un geste concret en matière de **développement durable**.



Annie Côté (DST) et Serge Lévesque (Service de l'alimentation)

Les Conseils d'unité sont des lieux de communication où la personne reprend son rôle de citoyen.

Lors de la séance d'un **Conseil**, les patients ont l'occasion de poser des questions sur les règles du milieu, de proposer de nouveaux modes de fonctionnement, de donner leur opinion et l'appréciation de leur niveau de satisfaction.

Le premier Conseil d'unité a été animé le 23 juin 2015 à l'unité A-1. Il y a actuellement **8 unités** où s'anime un Conseil une fois par mois : les unités **A-1, A-2, B-1, B-2, D-1, D-2, E-1, E-2**. L'objectif du Conseil d'unité est de redonner un pouvoir d'agir aux patients dans le cadre d'une approche de rétablissement. Il offre aux personnes qui y participent l'occasion de jouer un rôle actif sur leur unité.

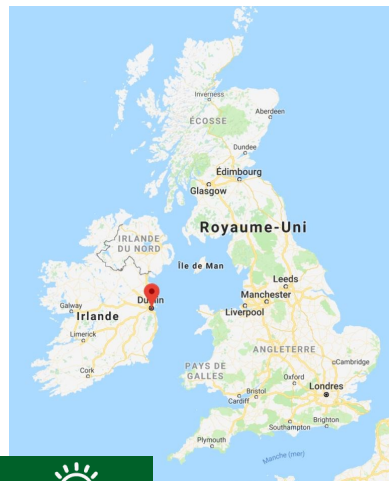
C'est ce qu'un patient et trois membres du personnel sont allés présenter au colloque de **l'Association québécoise pour la réadaptation psychosociale (AQRP)** qui s'est tenu à Laval les **14 et 15 novembre 2017**. On y a présenté l'origine des Conseils d'unité, les valeurs et les principes qui les orientent, l'approche avec laquelle ils sont animés ainsi que les changements et les déséquilibres qu'ils ont créés dans notre milieu, mais aussi les bénéfices qui en sont ressortis, dont la prise de **parole des patients**.

Le patient, qui faisait partie du groupe des présentateurs, est venu raconter l'expérience qu'il a vécue dans sa participation aux séances du **Conseil de son unité**. D'ailleurs, cette dernière présentation a suscité plusieurs questions et commentaires dans la salle. Les personnes qui ont assisté à cette présentation étaient des intervenants provenant de divers milieux et des utilisateurs de services en santé mentale. **La réception des participants a été très bonne.**

Les Conseils d'unité de l'Institut Philippe-Pinel de Montréal



Le DUNDRUM



DUNDRUM est aussi une ville en Irlande du Nord

L'IPPM aimerait dans un proche avenir se doter d'un nouvel outil : le **Dundrum**.

Élaboré par le Dr Harry G. Kennedy, le Dundrum permet d'évaluer les besoins d'encadrement sécuritaire et le niveau de rétablissement de la personne.

Plusieurs professionnels (criminologues, psychologues) et autres membres des équipes traitantes (psychiatres, gestionnaires d'unité) ont été formés à cet outil en mai 2017.

La passation de cet outil prend entre 15 et 30 minutes.

Son utilité a été démontrée pour mieux cerner les besoins de la personne dès son arrivée à l'hôpital et à travers son cheminement jusqu'à sa sortie.

Il sera éventuellement utilisé de concert avec les services de santé mentale partenaires pour une meilleure harmonisation des cheminements de soin.

"Le taekwondo est un art martial d'origine coréenne, c'est un sport de combat libre. Cet art martial autorise l'emploi des mains et des pieds nus pour vaincre l'adversaire. Les gestes sont basés sur un esprit d'attaque et de défense.

La philosophie est basée sur cinq principes élémentaires :

Yé Eui : la courtoisie, la politesse et l'hygiène.

Yeum Tchi : la loyauté, l'intégrité, le sens de l'honneur.

Inn Né : la persévérance.

Geuk Ki : la maîtrise de soi, le respect, le courage, le sacrifice.

Bek Jeul Boul Goul : la combativité, l'esprit fort, la fermeté inébranlable.

Personnellement, le taekwondo m'apporte la sérénité, quand je pratique ce sport mes pensées négatives s'éloignent."

Un jeune du F-2.



"Pour trouver une solution à un problème, il faut d'abord définir le problème.

Je crois qu'une solution efficace est le miroir du problème. Ne dit-on pas que la meilleure défense est l'attaque et la meilleure attaque, la défense?

Celui qui attaque c'est celui qui a peur. Mais c'est aussi celui qui agit pour faire face à sa peur. Il faut savoir qu'avoir peur n'est pas une mauvaise chose. Enfin, du moment qu'elle ne nous empêche pas d'agir. Je dis cela avec regret, mais il y a un temps, j'avais peur d'avoir peur.

Lorsque j'ai été transféré dans cet hôpital psychiatrique, les médecins soupçonnaient un trouble paranoïde chez moi. Pourquoi? Parce que d'où je venais, j'attaquais sans hésitation, ni remords ou regret celui qui osait croiser mon regard. Après une évaluation, l'équipe du F-2 a écarté cette hypothèse pour en affirmer une autre :

Je suis un délinquant avec des troubles de comportement et de la difficulté à gérer ma colère et l'agressivité qui en découle. Cela me fait mal d'écrire cela, mais ils ont raison :(.

Ensuite, ils se sont dit que je cherchais à faire ma place. Là, je dis un non catégorique. Me battre, c'est comme respirer : on peut se retenir pendant un laps de temps, mais ton cerveau t'oblige à recommencer.

Dès que je suis arrivé à Pinel, j'ai décidé de ne plus jamais attaquer qui que ce soit. Pourtant je me suis battu une dizaine de fois depuis. Pourquoi? Parce que j'avais et j'ai encore toujours besoin de me battre. C'est comme un besoin primaire. Mais même si ce n'est qu'une promesse faite à moi-même, je respecte toujours mes promesses.

Si tu te fais attaquer, ce n'est alors pas toi qui attaques, n'est-ce pas? Tu es le défenseur. C'était ma solution. Est-ce qu'elle plait à tout le monde? Non. Il faut alors trouver une solution qui convainc la société que je ne suis pas un criminel. Trouver une solution qui soit socialement acceptable.

Comment se battre sans se faire arrêter? Georges St-Pierre se bat, mais il est libre comme l'air. Voilà la solution : le combat professionnel.

Une activité *Taekwondo* a été inaugurée en mars dernier à l'Institut. J'y ai immédiatement adhéré, car c'est ma solution. Je ne suis pas du genre sentimental, mais s'il y a des gens qui eux aussi ont des problèmes de colère ou, peu importe le problème, cette activité est bénéfique pour le corps certes, mais elle solidifie l'âme et l'esprit. Je souhaite que tout le monde puisse y avoir accès, car c'est cela qui m'a « sauvé »."

Un jeune du F-2.

L'ART-THÉRAPIE À PINEL

L'**art-thérapie** est offerte pour tous les patients de Pinel ayant des besoins particuliers. Il peut être proposé aux patients ayant des mesures restrictives lourdes. L'art-thérapeute peut se rendre sur place ou, si le patient a sa circulation dirigée, il peut se rendre de lui-même au local d'art-thérapie.

On n'a pas besoin d'être « bon » en art pour utiliser cette approche. Seuls le consentement et l'ouverture sont un prérequis.

En art-thérapie la personne peut aborder le même type de problèmes que dans une psychothérapie verbale conventionnelle, mais elle s'engage dans le processus thérapeutique en créant une œuvre avec le matériel d'arts plastiques tout en discutant avec l'art thérapeute afin de susciter des prises de conscience.

L'œuvre d'art sert de médiateur entre la personne et l'art-thérapeute.

L'art-thérapie peut aider à réduire le stress et l'intrusion de pensées négatives. Elle renforce la créativité et l'estime de soi. Les œuvres sont vues comme des portes d'entrée vers l'univers intérieur. Elles créent un pont de communication entre le patient et l'art-thérapeute. Les bénéfices de l'art-thérapie sont vus dans un objectif de rétablissement. Soit d'une micro réinsertion (amélioration de la qualité de vie) sur l'unité de la personne ou un rétablissement vers l'extérieur de l'unité de vie.

Pour utiliser ce service, il s'agit d'en parler à votre docteur qui évaluera la pertinence de cette approche pour vous et fera une requête à l'art-thérapeute.



Suzanne Cloutier,
Art-thérapeute à
l'IPPM depuis 2009.



Matthieu Cloutier (B-1)



Tobie Raphaël Forget (Services externes)

MINI-GALERIE

Nous avons mis aussi à la disposition du patient un projet de « Mini Galerie d'art ».

Ce projet vise à exposer les œuvres de certains patients dans le but de les motiver et aussi dans l'objectif de stimuler l'estime de soi. La mini galerie est placée dans le corridor en face du local d'art-thérapie-ergothérapie.

La personne y expose ses œuvres durant 4 semaines. Elle les accompagne d'un court texte pour expliquer sa démarche.

Les patients peuvent faire la demande pour exposer soit à l'art-thérapeute ou encore à l'ergothérapeute.



SOUVENIRS DES ÉVÈNEMENTS DU TEMPS DES FÊTES

Dîner de Noël

Le mercredi **6 décembre** dernier, le dîner des patients et des employés, qui a eu lieu au gymnase, lançait le début des festivités pour la période des Fêtes.

Cet événement, organisé à la fois par les patients et les employés, fut un véritable succès.

Des centaines de personnes, de partout à travers l'hôpital, se sont rassemblées autour d'un repas de Noël, dans une ambiance des plus festives : une fête des plus rassembleuses!



Soirée du Noël enchanté

Le **20 décembre** dernier, dans le jardin enchanté, patients et employés des unités se sont rassemblés autour d'un feu de camp pour célébrer le temps des Fêtes! Afin d'agrémenter la soirée, une chasse au trésor, des boissons chaudes pour réchauffer les mains de nos invités et quelques surprises étaient au rendez-vous.

Malgré le froid, une centaine de personnes était présente lors de cette soirée hivernale. Merci à tous ceux qui ont contribué à cet événement féérique.

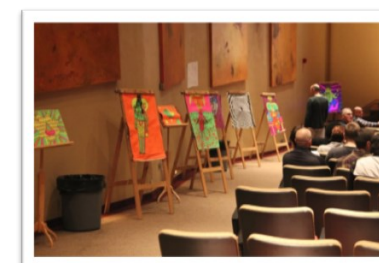


Soirée familles et amis

Le mercredi **13 décembre** dernier, à l'auditorium, patients, familles, amis et employés étaient invités pour assister à une soirée où le plaisir et le divertissement étaient à l'honneur.

Au programme, il y avait de nombreuses activités présentées par les patients : chansons, poèmes, exposition d'arts et kiosques sur les différentes réalisations de 2017.

Pour une deuxième année consécutive, plusieurs dizaines de personnes ont participé à l'événement, organisé par un comité formé d'employés et de patients, qui fut une belle réussite! Bravo à tous!!



la vie des patients, des familles, des employés et des proches!

UNITÉ DE RÉADAPTATION A-1 (HOMMES)

Ce programme est axé sur le rétablissement, c'est-à-dire qu'il consiste à accompagner les patients dans leur réadaptation sociale, tout en favorisant leur autonomie dans la communauté.

Équipe de l'unité A-1 (de gauche à droite) : Alexandre, Sébastien, Denis, Camille, Alexa, Marie-Noëlle, Denis, Marie-Claude, Laurent, Emmanuel, Esly, Marie-Athale, Sébastien, Kelly, et Shirley.



BLOC A

UNITÉ DE RÉADAPTATION A-2 (MIXTE)

Ce programme est destiné à une clientèle d'hommes et de femmes et, comme pour l'unité A-1, il est axé sur le rétablissement. Le développement des compétences du patient (autonomie, responsabilité) se fait en collaboration avec le patient en prenant en compte le rythme d'apprentissage de chacun.

Une nouvelle rubrique voit le jour dans les pages de votre journal: les **portraits d'unités**. Cette rubrique consiste à souligner le travail exceptionnel réalisé jour après jour par les équipes pour le bien-être de nos patients. Il s'agit de mettre en valeur les différents projets, initiatives, événements qui se déroulent au quotidien et qui font toute la différence dans la vie d'une unité. Dans ce numéro, les premiers portraits d'unités sont consacrés au bloc A.

AQRP

Un des patients, monsieur Louis Bernier, a représenté l'Institut lors du dernier congrès de l'Association québécoise pour la réadaptation psychosociale (AQRP) afin d'informer les participants de l'importance des Conseils d'unité. Il est heureux d'avoir pu y exprimer son opinion et d'y prendre la parole au nom de tous les patients à différents niveaux. Par exemple, grâce à ses démarches, les patients ont pu obtenir le *Journal de Montréal* sur les unités.

Accompagnement personnalisé

Chaque patient est pris en charge par l'équipe traitante qui va l'accompagner dans les différentes étapes de son rétablissement, que ce soit par l'amélioration de la connaissance de sa maladie et de ses traitements (enseignement thérapeutique), la mise en place d'un projet de vie (en tenant compte de ses forces et de ses limites), ou encore le développement de compétences lui permettant d'être davantage autonome et responsable à l'extérieur de l'Institut (par exemple, aide à développer une autonomie dans ses déplacements, gestion du budget, insertion professionnelle ou occupationnelle etc.).

À cette fin, des sorties sont régulièrement organisées, le patient pouvant sortir seul ou accompagné par sa personne de référence.

Lorsque pertinent, le choix d'une ressource d'hébergement adaptée aux besoins du patient constitue aussi une priorité pour l'équipe.

Sinon, lors d'un retour de l'hôpital de secteur, tous les efforts sont mis en place pour favoriser un transfert de l'information clinique pertinente afin de favoriser une continuité dans l'évolution.

De manière exceptionnelle et ponctuelle, l'équipe peut continuer à assurer un soutien téléphonique pour certains patients qui en font la demande.

Comité des Fêtes avec les patients

Comme à chaque année, un groupe de 5 patients et de 2 sociothérapeutes (Gilles et Laurent) ont pris en charge l'organisation de plusieurs activités festives dans le cadre du temps des Fêtes (décoration, confection de cartes de Noël, karaoké, etc.). Les patients s'engagent aussi à faire les courses afin que chacun puisse avoir un cadeau sous le sapin de l'unité le matin de Noël.

Évidemment, dans ce cadre, les patients se fixent aussi des objectifs en lien avec leur plan de traitement. Ce comité a pour but de favoriser un climat festif sur l'unité tout en permettant aux patients de développer leur sens des responsabilités.

Groupe de psychoéducation sur la psychose

Groupe de psychoéducation animé par un doctorant en psychologie, Sébastien, et une criminologue, Camille. Ce groupe était destiné à des patients qui n'avaient pas encore obtenu leur circulation dirigée et ne pouvaient donc pas sortir de l'unité.

Il a principalement permis aux patients d'en apprendre plus sur les causes, les symptômes et les facteurs de protection en lien avec la maladie.

Randonnées en montagne avec les patients

Dans le cadre d'un climat positif favorisant l'entraide, la communication et le développement du sentiment d'appartenance au groupe, l'activité randonnée en montagne a été animée par 2 sociothérapeutes (Vicky et Mathieu) à l'automne.

De la rive-sud à la rive-nord, du mont St-Bruno au Calvaire d'Oka, un groupe de 5 patients a parcouru divers sentiers avec dénivellés modérés en défi gradué pour atteindre un parcours allant jusqu'à 9.1 kilomètres de randonnée.

L'objectif était de favoriser l'adoption de saines habitudes de vie en favorisant l'activité physique tout en développant l'esprit de groupe en communion avec la nature.



Équipe de l'unité A-2 (de gauche à droite) : Kim, Pierre, Jacqueline, Louis, Tony, Martin, Marie-Athale, Sébastien, Shirley, Camille, et Emmanuel.

Activité de coloriage de mandalas

Depuis plusieurs mois, une activité de coloriage, animée par Patrick, est en place sur l'unité. Les patients sont invités à choisir et à colorier des mandalas, c'est-à-dire des dessins à la forme circulaire et comportant de nombreux détails.

Il s'agit d'utiliser différents crayons de couleur pour colorier les détails. Cette activité, aux multiples effets thérapeutiques, permet non seulement de se recentrer sur le moment présent, mais également de diminuer le stress de la vie, de lâcher prise et de s'apaiser. Chaque semaine, 4 patients y participent. Chaque atelier dure environ 1h30.



Mandala colorié par un patient.

Démarrage de nouveaux groupes de psychoéducation

Très prochainement, les patients du bloc A pourront bénéficier de trois nouveaux groupes de psychoéducation. Il s'agit d'un **groupe d'habiletés sociales** qui leur permettra d'affiner leurs relations interpersonnelles.

De plus, un **groupe de développement de l'estime de soi** leur offrira la possibilité de s'améliorer quant à la confiance en soi et l'affirmation, et leur permettra de faire face à la stigmatisation en santé mentale. Finalement, un **groupe sur la gestion de la colère** leur proposera de mieux réguler et gérer les émotions en lien avec la colère ainsi que l'agressivité.

Activité Maîtrise de soi pour les jeunes du F-2

Les adolescents du F-2 ont visionné le film « Le ring intérieur » de Dan Bigras. Nous avons ensuite fait un débat sur la base du film pour parler de l'importance d'exprimer ses émotions, des différents moyens d'expression et de la maîtrise de soi.

Quatre jeunes du F-2 participent à l'activité
Maîtrise de soi par les arts martiaux
donnée par Jacques Grégoire les lundis et jeudis.

Cette discipline leur apporte de la détente, du bien-être et leur permet de libérer leurs tensions de manière socialement acceptable.

Ils apprennent à mieux gérer leurs émotions et à canaliser leur énergie dans un cadre détendu.

Cette activité sera également proposée pour les adultes prochainement.

Film : Le ring intérieur

C'est un documentaire sur des hommes qui pratiquent des combats extrêmes pour canaliser la rage qui les habite. L'un d'eux, le chanteur Dan Bigras, s'est fait cinéaste pour nous parler de ses *chums*. Pour eux, le ring agit comme la métaphore d'un combat intérieur.

Courage, émotion et sincérité. Le ring intérieur, un combat qui ne finit jamais.



"Pour moi, l'indécence elle n'est pas dans le combat, j'ai vu de l'indécence dans la violence du silence, le silence qu'elle rendait tristesse, la tristesse qui engendre la colère. Est-ce qu'on a le droit à sa colère? Puis qu'est-ce qu'on fait avec?"

J'aime bien ma colère je m'en sers beaucoup. C'est avec beaucoup de colère que j'ai tout fait : je me suis détruit, je me suis reconstruit avec la même colère.

Et la ligne entre la saine colère et la destructrice était si bien définie que ça : amour, haine, amour, haine. Est-ce qu'on peut vivre avec l'un et se débarrasser de l'autre?"

Charles Ali Nestor, entraîneur d'arts martiaux



Activité Maîtrise de soi avec des jeunes du F-2. Animée par Jacques Grégoire, sociothérapeute

Entrevue avec Fabien Lemay président du Comité des usagers

Le **Comité des usagers** de l'Institut Philippe-Pinel de Montréal a pour mandat de s'assurer que les droits des usagers soient reconnus et que leur dignité soit respectée.

Composé d'une douzaine de membres représentant chaque unité de vie, le comité se réunit environ deux fois par mois pour discuter des préoccupations des usagers.

Depuis juin 1989, le Comité des usagers est présidé par monsieur Fabien Lemay, réélu à la présidence depuis 28 ans.

Entretien avec un homme engagé.

Quel est votre rôle en tant que président du Comité des usagers?

En gros, je dois animer la rencontre. Il y a des points à l'ordre du jour et à tour de rôle, lors du tour de table, les patients parlent des points qui ont été rapportés sur leur unité et qu'ils amènent au Comité des usagers pour discussion, pour essayer de trouver une entente avec lesdites personnes.

Je rappelle les consignes de base, que tout doit rester confidentiel, de ne pas raconter les choses dont les gens parlent. Des fois, les gens parlent de leurs émotions et de leur vécu donc je trouve ça très important.

Pourquoi croyez-vous être réélu depuis 28 ans?

Je dirais que c'est en raison de ma souplesse dans ce qui se dit au comité. C'est rare que je parle de ce que je fais au comité, parce que je ne veux pas qu'on m'associe tout le temps comme président mais plutôt comme un usager moi aussi.

Pourquoi le Comité des usagers a décidé de s'impliquer dans le projet du Journal Mozaïk?

Un peu parce que c'est un forum pour les gens, pour exprimer leurs états d'être. Je pense que c'est un besoin pour certains patients de voir qu'ils ne sont pas seuls à vivre certaines choses.

Pourquoi votre implication au comité vous tient à cœur?

Si je remonte à plus longtemps, c'était dans mon plan de soins de verbaliser mes émotions. Je trouve qu'au comité, c'est une bonne plateforme pour s'exprimer, faire valoir les droits.

J'ai aussi des dossiers à lire de temps à autre, comme le guide des patients, le code d'éthique, le rapport annuel. Ce qui est agréable c'est que je me sens utile, et je fais quelque chose que je suis habitué de faire avec le temps.



Fabien Lemay

De quoi êtes-vous le plus fier en tant que président depuis 28 ans?

De l'avoir été durant si longtemps!

Mais surtout, de voir les gens quitter le comité avec le sourire en nous annonçant qu'ils quittent pour entamer leur réinsertion sociale.