

Bienvenue

● PROGRAMME DE RÉADAPTATION INTENSIVE

● GUIDE D'ACCUEIL

Institut universitaire en santé mentale Douglas
6875, boulevard LaSalle
Montréal (Québec) H4H 1R3
Téléphone : 514 761-6131
Télécopieur : 514 888-4067

Douglas
INSTITUT UNIVERSITAIRE EN SANTÉ MENTALE
MENTAL HEALTH UNIVERSITY INSTITUTE
www.douglas.qc.ca

● PROGRAMME DE RÉADAPTATION INTENSIVE

Toute l'équipe traitante vous souhaite la bienvenue au Programme de réadaptation intensive CPC 3. L'objectif de ce programme est d'augmenter votre qualité de vie, de vous aider à mener une vie encore plus satisfaisante et productive.

Les membres de l'équipe traitante travailleront avec vous pour développer un plan de réhabilitation qui répondra à vos besoins. Ce plan de réhabilitation est basé sur une évaluation rigoureuse de vos forces et de vos habiletés en vue de vous permettre de réintégrer la communauté avec succès.

Ce manuel est à vous. Il contient de l'information qui vous sera utile durant votre séjour au CPC 3.

Nous nous engageons à vous procurer un environnement sécuritaire et accueillant qui sera propice au changement. Vous apprendrez et réapprendrez les notions nécessaires pour réintégrer la communauté.

L'ÉQUIPE TRAITANTE

À votre arrivée au CPC 3 et tout au long de votre séjour, vous serez soumis à un processus d'évaluation. L'évaluation sert à élaborer votre plan de réhabilitation, à évaluer votre progrès et à déterminer le moment auquel vous serez prêt à reprendre votre place dans la communauté. Ces évaluations peuvent prendre plusieurs formes : observations par les membres de l'équipe traitante, données prises au cours des rencontres individuelles et de groupe ainsi que des questionnaires remplis par vous et les membres de l'équipe traitante.

L'équipe traitante chargée de vous offrir différents services est constituée du personnel suivant :

- une infirmière ou une infirmière auxiliaire primaire;
- un psychologue;
- un travailleur social;
- un assistant en réadaptation;
- un psychiatre;
- un agent de modification du comportement;
- un membre du personnel d'une autre discipline, selon vos besoins.

L'équipe traitante vous rencontre régulièrement afin de discuter de votre plan de réhabilitation, de réviser votre progrès et de discuter de modifications, s'il y a lieu.

L'infirmière ou l'infirmière auxiliaire primaire joue un rôle très spécifique. Elle a la responsabilité de veiller à ce que votre PII (plan d'intervention individualisé) soit développé, effectué et révisé régulièrement. De plus, cette personne répond aux questions ou préoccupations que vous pourriez avoir.

COMPOSANTES DU PROGRAMME

● HABILITÉS QUOTIDIENNES

- Établir un budget (individuel)
- Prendre soin de soi
- Veiller à son hygiène et à l'entretien de sa chambre
- Cours de cuisine
- Cours sur la lessive
- Entraînement à l'utilisation des transports en commun
- Sorties planifiées dans la communauté
- Séances d'exercices (du lundi au vendredi, sur demande)

● ACTIVITÉS RÉCRÉATIVES ET DE LOISIRS

- Groupe cinéma
- Bingo

● THÉRAPIE PSYCHOSOCIALE

- Groupe de thérapie cognitivo-comportementale
- Groupe de réinsertion dans la communauté
- Groupe de gestion des symptômes
- Groupe de médicaments
- Groupe toxicomanie
- Groupe de résolution de problèmes interpersonnels
- Groupe d'estime de soi

- Groupe de remédiation cognitive
- Groupe d'entrevue motivationnelle
- Groupe de formation (sur demande)

● RENCONTRE COMMUNAUTAIRE HEBDOMADAIRE

- Tous les jeudis, de 9 h 30 à 10 h
- Votre présence est essentielle

● SÉANCES INDIVIDUELLES

En plus des groupes et des cours qui vous sont offerts, vous participerez à des séances individuelles. Ces séances peuvent prendre plusieurs formes (selon vos besoins) comme une assistance psychologique, des thérapies spécifiques ou des entrevues avec votre infirmier primaire.

RÈGLEMENTS GÉNÉRAUX

● HYGIÈNE ET ENTRETIEN DE LA CHAMBRE

Le fait de veiller à votre hygiène personnelle et à l'entretien de votre chambre est très important. Le membre du personnel s'assurera que ces tâches soient accomplies en remplissant le formulaire portant sur l'hygiène personnelle. Une liste des tâches à assumer pour votre hygiène personnelle et l'entretien de votre chambre vous sera remise quotidiennement. Vu le nombre élevé de participants dans notre unité et le nombre restreint d'installations, nous vous assignerons un moment particulier de la journée (matin ou soir) pour faire votre toilette (douche/bain). Il est important de respecter votre horaire.

● MÉDICAMENTS

Les médicaments sont généralement distribués aux heures suivantes :

8 h 30 - 9 h

11 h 30 - 12 h

16 h 30 - 17 h

20 h 30 - 21 h 15

Il se peut que l'on vous demande de participer au Programme d'automédication.

● PROGRAMME DE GESTION DU COMPORTEMENT

Au besoin, un programme de gestion du comportement vous aidera à développer, maintenir et pratiquer des comportements et compétences qui vous permettront de retourner dans la communauté.

● REPAS

Déjeuner	8 h 15 – 8 h 45
Dîner	12 h – 12 h 45
Souper	17h – 18 h
Collation	10 h – 10 h 15 15 h – 15 h 15 20 h – 20 h 30

Il est important d'arriver à l'heure.

● BOISSONS ET NOURRITURE

Aucune sorte de boissons ou de nourriture ne peut être tolérée dans d'autres lieux que la salle à manger.

La nourriture et les boissons stockées dans la cuisine doivent être consommées le jour même. La nourriture et les boissons stockées seront servies aux heures de repas ou de collation seulement (aucune bouteille de boisson de 2 litres ou sac de croustilles ne seront acceptés).

RÈGLEMENTS GÉNÉRAUX

Le service se réserve le droit de refuser de stocker de la nourriture et des boissons apportées par les visiteurs, s'il y a un manque flagrant d'espace.

● COUVRE-FEU

Pour les personnes qui ont le droit de sortir sur le terrain de l'Institut ou en ville, le couvre-feu est à 21 h. Si vous devez rentrer après 21 h (sorties spéciales), il faut en discuter avec votre infirmière auparavant. Cette exception sera documentée dans le formulaire approprié.

● COUCHER

L'heure du coucher est à 23 h. Une tenue vestimentaire de nuit appropriée est exigée.

● FUMER

Fumer est permis uniquement dans le fumoir de l'unité (Salle A-3143).

Pour les personnes qui requièrent une gestion de leurs cigarettes, celles-ci sont distribuées à toutes les deux heures, de 7 h à 23 h. Veuillez respecter les heures affichées.

L'autogestion de vos cigarettes est une décision qui sera prise en collaboration avec votre équipe traitante.

Les allumettes et briquets DOIVENT être remis au personnel infirmier avant l'heure du coucher. Cette règle de sécurité est exigée par l'Institut.

La loi exige que, lorsque vous fumez à l'extérieur, vous soyez à au moins 9 mètres des édifices de l'Institut.

La loi stipule qu'il est interdit de fumer à l'intérieur de l'Institut (y compris au Café Oasis et au Casse-croûte Dalse) à moins que vous utilisiez le fumoir de votre unité.

Le fumoir est réservé aux patients du CPC 3 seulement. Les visiteurs et les membres du personnel n'ont pas accès au fumoir.

Veillez utiliser le fumoir uniquement pour fumer. Les boissons et la nourriture sont interdites.

Veillez garder le fumoir propre et utiliser les cendriers qui sont à votre disposition.

● ARGENT

Votre argent peut être gardé dans un compte à la caisse de l'Institut Douglas. Ce service se situe dans le pavillon Perry (Salle E-1152).

Vous travaillerez en collaboration avec votre intervenant primaire pour faire un budget à partir des fonds qui vous sont disponibles. Cela fait partie de votre plan

RÈGLEMENTS GÉNÉRAUX

de réhabilitation. Le but n'est pas de contrôler votre argent, mais plutôt de vous aider à apprendre comment le gérer.

L'achat d'articles, autres que vos dépenses habituelles, doit être planifié en collaboration avec votre intervenant primaire ou un membre du 'Core Team'.

● HORAIRE DES VISITES

Du lundi au vendredi	De 8 h à 20 h
Samedi et dimanche	De 10 h à 20 h

Vous devez planifier les visites de votre famille et de vos amis en fonction des activités déjà prévues à votre horaire.

Veuillez aviser vos visiteurs qu'ils doivent signaler leur présence au poste des infirmières dès leur arrivée dans l'unité (poste 2861).

Soyez avisés que le personnel se réserve le droit de demander à vos visiteurs de quitter l'unité si les circonstances le justifient.

Après discussion avec votre infirmière, il est possible de faire des exceptions à cet horaire.

● TÉLÉPHONE

Un téléphone est réservé aux patients. Il est en fonction de 8 h à 21 h, 7 jours par semaine. Il se situe dans le petit local A-3101, en face du poste des infirmières. Il est possible d'y faire des appels et d'en recevoir.

Le numéro de téléphone est le suivant : 514 761-6131, poste 3860.

Les personnes qui désirent vous joindre dans l'unité doivent utiliser ce numéro et non celui du poste des infirmières.

Vos appels doivent être brefs. N'oubliez pas que ce téléphone est le seul qui soit disponible pour tous les patients de l'unité. Si vous répondez au téléphone, rendez service aux autres patients en les trouvant dans l'unité pour les aviser qu'ils ont un appel.

Les appels locaux sont gratuits. Si vous voulez faire un appel interurbain, des dispositions peuvent être prises avec votre intervenant primaire ou un membre du 'Core Team'. Les frais de vos appels interurbains seront débités de votre compte.

R-E-S-P-E-C-T

La vie dans un environnement comprenant 31 patients ainsi que du personnel peut présenter certains défis. En appliquant le principe fondamental de « Ne fais pas à autrui ce que tu ne veux pas qu'on te fasse », cet environnement devient plus agréable pour tous.

Par exemple, l'abus verbal et physique ne sera pas toléré.

Nous vous demandons de respecter l'environnement physique de l'unité en le gardant propre et intact.

Le Code d'éthique de l'Institut Douglas est affiché en face du poste des infirmières. Ce document énonce les droits et responsabilités des patients ainsi que le code de conduite qui doit être respecté par le personnel. Nous vous encourageons à le lire.

Un autre document appelé « Mesures restrictives et mesures exceptionnelles » est affiché à côté du Code d'éthique.

Nous vous invitons à vous familiariser avec ces deux documents.

Pour de plus amples renseignements concernant vos droits et responsabilités, vous pouvez communiquer avec :

Francine Bourassa,
ombudsman de l'Institut.
Vous pouvez la joindre au 514 761-6131, poste 3287.

Vous pouvez aussi joindre le **Comité des bénéficiaires** pour de l'information additionnelle, au 514 761-6131, poste 2273.

CODE DE CIVILITÉ AU CPC 3

Nous n'acceptons pas le manque de :

- respect
- collaboration
- politesse
- courtoisie
- savoir-vivre

Le langage abusif, les gestes et les actions visant à dénigrer ou à blesser une autre personne ne sont pas tolérés.

