



Service de réadaptation en dépendance avec hébergement, mission CRD du
Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de l'Abitibi-Témiscamingue



CODE DE VIE

Service de réadaptation en dépendance avec
hébergement, mission CRD du Centre intégré
de santé et de services sociaux (CISSS) de
l'Abitibi-Témiscamingue

Centre intégré
de santé et de services
sociaux de l'Abitibi-
Témiscamingue

Québec 

© 2022-025 | V02 - Avril 2023

Direction des programmes santé mentale et dépendance
N° DPSMD-170 001-05

Québec 

MES NOTES



TABLE DES MATIÈRES

| | |
|--|----|
| Mot de bienvenue | 4 |
| La réadaptation en dépendance avec hébergement | 5 |
| Les objets que tu dois apporter | 6 |
| Nos règles d'or, nos valeurs de cœur | 7 |
| Informations générales | 8 |
| Admission des usagers | 8 |
| Procédure d'accueil | 8 |
| Fouille | 8 |
| Stationnement | 8 |
| Téléphone | 8 |
| Visites | 9 |
| Courrier | 9 |
| Objets de valeur | 9 |
| Objets dangereux | 9 |
| Tâches | 9 |
| Literie et serviettes | 9 |
| Lavage | 9 |
| Sortie | 9 |
| Dépanneur | 9 |
| Interdiction de fumer | 9 |
| La durée du programme | 10 |
| Les ateliers | 10 |
| Travaux de réflexion personnelle ou de groupe | 10 |
| Réflexions quotidiennes | 10 |
| Confidentialité | 10 |
| Rencontres individuelles | 10 |
| La médication | 11 |
| Les repas | 11 |
| Relaxation | 11 |
| Approche des 12 étapes | 11 |
| Critère de fin | 11 |
| Journal de bord | 13 |
| Mon plan anti-rechute | 53 |
| Mes notes | 57 |

MES NOTES

Un seul avertissement est possible. Si la situation se reproduit une autre fois, les éducateurs vont garder ton téléphone pour le restant de ta thérapie. Le cellulaire est un outil pour communiquer avec vos proches, recherche de logement, emploi, avocats, etc., mais ne doit pas être utilisé pour jouer à des jeux. Si le téléphone devient problématique ou qu'il n'est pas utilisé adéquatement, le personnel va le reprendre pour le restant de la thérapie.

Visites

Les visites sont interdites, sauf si cela est prévu à ton plan d'intervention, qu'il y a eu entente avec ton intervenant externe et nous avant ton arrivée et avec l'accompagnement d'un membre de notre équipe.

Courrier

Il t'est possible de recevoir et d'envoyer du courrier. Si tu en reçois, nous allons te le remettre. Tu dois prévoir l'argent nécessaire pour payer les timbres du courrier que tu désires envoyer.

Objets de valeur

En cas de vol, nous ne sommes pas responsables. Donc, si tu as des objets de valeur, nous te recommandons de les laisser chez toi.

Objets dangereux

Nous ne tolérons aucun objet dangereux. Donc, si tu as des objets dangereux (armes, couteau, ciseau, poivre de Cayenne, etc.), nous te demandons de les laisser chez toi.

Tâches

Dans une optique de réadaptation et de responsabilisation, les usagers sont responsables de l'entretien ménager de leur chambre.

Literie et serviettes

La literie est fournie par l'établissement et lavée par le service de buanderie.

Lavage

Le centre procède des laveuses et sècheuses. Il va t'être possible de faire ton lavage ici.

Sortie

Aucune sortie n'est permise, sauf exception, et elle doit être autorisée par l'équipe du CRD-H et ton intervenant de l'externe.

Dépanneur

Une sortie hebdomadaire a lieu à pied au dépanneur cette sortie est habituellement le jeudi soir, mais peut être changé de place dans la semaine. Si cela arrive, tu seras prévenu.

Interdiction de fumer

Au CISSS de l'Abitibi-Témiscamingue – CRD-H, il est interdit de fumer et de faire usage de cigarette électronique, tant dans les lieux fermés, tels que les locaux et espaces intérieurs, que sur l'ensemble des terrains extérieurs. Le

MES NOTES

1. La mission du service de réadaptation en dépendance avec hébergement

La mission du Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de l'Abitibi-Témiscamingue est de maintenir, améliorer et restaurer la santé et le bien-être de la population de la région en rendant accessible un ensemble de services de santé et de services sociaux, intégrés et de qualité, contribuant ainsi au développement social et économique de l'Abitibi-Témiscamingue.

Dans le cadre de cette mission, le centre de réadaptation en dépendance avec hébergement (CRD-H) offre trois services à la fois distincts et intégrés. En effet, le CRD-H offre : la gestion de l'intoxication et du sevrage, des services spécialisés de réadaptation en dépendance et des services de réinsertion sociale aux personnes de l'Abitibi-Témiscamingue qui, en raison de leur dépendance, requièrent de tels services.

L'objectif général du CRD-H est de développer la capacité des personnes consommatrice de substances psychoactives (SPA) ou pratiquant des jeux de hasard et d'argent (JHA) avec ou sans troubles concomitants à faire des choix éclairés et à gérer les risques et les méfaits associés à ces comportements. Pour ce faire le CRD-H offre majoritairement de l'intervention de groupe.

Considérant les taux élevés de consommation d'alcool, d'autres drogues et de pratique de JHA chez les Premières Nations et les Inuits, le CRD-H adapte sa pratique à la réalité et à la culture de ce groupe. Différents facteurs peuvent favoriser le développement de problèmes liés à la consommation de SPA et à la pratique des JHA chez les Premières Nations et les Inuits dont : la pauvreté, un faible niveau de scolarité, le racisme, etc. De plus, le contexte historique dans lequel ont évolué les peuples autochtones au Canada n'est pas étranger à cette situation. La colonisation et les changements radicaux et rapides vécus par les communautés autochtones ont affaibli la structure sociale et familiale de ces peuples (Makivik Corporation, 2014)¹. La programmation du SRD-H est élaborée en tenant compte des facteurs de vulnérabilité propre à cette communauté.

2. C'est quoi une réadaptation de groupe ?

2.1. C'est quoi une réadaptation de groupe ?

- Se retirer temporairement de son milieu;
- Prendre une distance nécessaire avec l'objet de ta dépendance (alcool, drogue, jeu) qui affecte ton fonctionnement;
- Sortir du cycle de la dépendance dans lequel tes habitudes de vie t'on amenées;
- C'est axé principalement sur le groupe, c'est-à-dire que les plans d'interventions se travaillent en grande partie en groupe;
- Faire le point sur ce que tu veux changer;
- Améliorer ta situation et ton fonctionnement général;
- C'est une mini-société qui va te permettre de te réadapter.

¹ Plan d'action interministériel en dépendance 2017-2027 p.86

BILAN DE LA JOURNÉE

Date : _____

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?



MES RESSOURCES

| Personnes/organismes | Numéros pour les joindre |
|--|--------------------------|
| 1. Ligne d'aide Info-social | 811 |
| 2. Service de réadaptation en dépendance | 819 732-8241, poste 5316 |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |

BILAN DE LA JOURNÉE

Date : _____

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?

BILAN DE LA JOURNÉE

Date : _____

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?

AIDE-MÉMOIRE

| Mes factures de risque de rechute | Comment les contrer |
|-----------------------------------|---------------------|
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |

BILAN DE LA JOURNÉE

Date :

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?



Mon plan anti-rechute

Je me choisis

Je ne veux plus me nier
Nier mes sentiments, mes besoins, mes attentes
Je veux être respecté, écouté, entendu
J'ai le droit de respirer, de dire
J'ai le droit de dénoncer, de penser, de crier
Je veux vivre debout, être en paix avec moi-même
Je veux grandir, changer, m'aimer
Je veux rêver, rire, m'épanouir
J'ai besoin d'air, j'ai besoin de m'écouter
J'ai besoin de décider pour moi avec moi
En fonction de mes besoins à moi
J'en ai marre de faire des courbettes pour acheter la paix
Ou pour ne pas être seul
Je choisis de vivre, de vivre ma vie, mes sentiments
Mes émotions, mes rêves et mes espoirs
Je veux vivre jusqu'au bout tel que je suis
Je me réserve le droit d'essayer
De tomber, de recommencer et de réussir

Nicole Charest

BILAN DE LA JOURNÉE

Date :

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?

BILAN DE LA JOURNÉE

Date : _____

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?

MON PLAN D'ACTION

| Priorités | Étapes | Embûches possibles | Moyens pour les contrer | Échéancier |
|-----------|--------|--------------------|-------------------------|------------|
| #1 | | | | |
| #2 | | | | |
| #3 | | | | |

Signature de l'utilisateur/date

Signature de l'éducateur au dossier/date

MA RÉALITÉ

Date d'arrivée au CRD-H : _____

Date de départ du CRD-H : _____

| | |
|--|--|
| Comment j'étais à mon arrivée ? | |
| Mes qualités et mes forces : | Mes faiblesses et mes défauts : |
| Mes besoins à ma sortie : | Mes ressources : |
| Ma situation à ma sortie (ex. : en couple, parent de 2 enfants, sur l'assurance-emploi, etc.) : | Comment je me sens face à ma sortie et à ma réalité : |
| Qu'est-ce que je retiens de ma démarche? | |

Signature de l'utilisateur/date

Signature de l'éducateur au dossier/date

BILAN DE LA JOURNÉE

Date : _____

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?

BILAN DE LA JOURNÉE

Date : _____

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?

BILAN DE LA JOURNÉE

Date : _____

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?

BILAN DE LA JOURNÉE

Date : _____

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?

BILAN DE LA JOURNÉE

Date : _____

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?

BILAN DE LA JOURNÉE

Date : _____

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?

BILAN DE LA JOURNÉE

Date : _____

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?

BILAN DE LA JOURNÉE

Date : _____

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?

BILAN DE LA JOURNÉE

Date : _____

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?

BILAN DE LA JOURNÉE

Date : _____

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?

BILAN DE LA JOURNÉE

Date : _____

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?

BILAN DE LA JOURNÉE

Date : _____

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?

BILAN DE LA JOURNÉE

Date : _____

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?

BILAN DE LA JOURNÉE

Date : _____

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?

BILAN DE LA JOURNÉE

Date : _____

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?

BILAN DE LA JOURNÉE

Date : _____

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?

BILAN DE LA JOURNÉE

Date : _____

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?

BILAN DE LA JOURNÉE

Date : _____

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?

BILAN DE LA JOURNÉE

Date : _____

Qu'est-ce qui aurait pu être amélioré et comment j'aurais pu l'améliorer ?

Ce que j'ai vécu de positif et pourquoi ?

Ce qui m'a le plus rejoint ou touché ?

De quoi je suis fier aujourd'hui ?
