

L'interMISSION

HÔPITAL RIVIÈRE-DES-PRAIRIES

VOL. 12 NO 2 PRINTEMPS 2013



**AU DELÀ
DES SOINS...**
une relation
d'aide

Chef de file en pédopsychiatrie et en troubles envahissants du développement pour une clientèle de tous âges, l'Hôpital Rivière-des-Prairies, affilié à l'Université de Montréal, a comme mission d'offrir aux enfants et aux adolescents du Québec des soins et des services spécialisés et surspécialisés dans le domaine de la santé mentale.

La passion de ses chercheurs et cliniciens contribue à l'avancement du savoir, au transfert des connaissances et au développement des pratiques exemplaires.

En contexte hospitalier ou ambulatoire, l'Hôpital assure à sa clientèle et à son personnel un environnement sécuritaire.

Dépôt légal :
Bibliothèque nationale
du Québec
ISSN : 1705-4575

Les opinions émises dans l'Inter-Mission n'engagent en rien le conseil d'administration de l'Hôpital Rivière-des-Prairies.

L'Inter-Mission est publié par la Direction des communications et des ressources informationnelles de l'Hôpital Rivière-des-Prairies
7070, boulevard Perras
Montréal (Québec)
H1E 1A4
514 323-7260 poste 2088
www.hrdp.qc.ca

RÉDACTRICE EN CHEF
Johanne Gagnon

RÉDACTEURS
Jessica Lambert-Fandal
Alexandra Perron
Stéphane Trépanier

COLLABORATION À LA RÉDACTION
Line Bellavance
Sylvie Lauzon

RÉVISEURE ET CORRECTRICE
France Beaudoin

CONCEPTION GRAPHIQUE
Johane Roy

IMPRESSION
Imprimerie Héon & Nadeau Itée



SOMMAIRE

L'infirmière en santé mentale	4
Sylvie Lauzon devient la nouvelle directrice générale de la Fondation les petits trésors	8
Encart de la Fondation les petits trésors	
Mélimélo	11 et 18
Nos experts s'illustrent	12
Une rencontre déterminante	14



ÉDITORIAL

JOHANNE GAGNON
DIRECTRICE DES COMMUNICATIONS ET DES RESSOURCES INFORMATIONNELLES



C'est avec fierté que nous vous présentons le volume 12 no 2 du printemps 2013 de votre magazine en santé mentale l'Inter-Mission (*Volume 12, numéro 2... PRINTEMPS 2013...*). Enfin... le printemps! Adieu bottes, tuques et mitaines (*bon, adieu c'est un peu fort, au revoir et à l'an prochain feront l'affaire*). Avez-vous remarqué comme l'histoire se répète année après année? On se réjouit de la première neige (*mais on bénit la dernière...*). Puis, une fois Noël, le Nouvel An et la St-Valentin passés, on n'en peut plus de l'hiver et on rêve de nos terrasses (*faut dire que de les pelleter, ce n'est pas vraiment la bonne façon d'en profiter...*). Mais aussi surprenant que cela puisse paraître, dans quelques mois on va trouver à redire sur la pénible période des canicules... Mais peu importe nos rengaines saisonnières, nous sommes chanceux d'avoir quatre saisons et profitons de celle-ci pour célébrer le renouveau.

Pour ma part, le mot printemps invoque une petite brise aux arômes de muguet. Le muguet est une fleur printanière associée spécifiquement au mois de mai, le saviez-vous? Mai est aussi le mois de Marie (*C'est le mois de Mari – e, c'est le mois le plus beau, À la Vierge chéri – e, disons un chant nouveau... N'est-ce pas que vous êtes en train de fredonner cet air-là?*). Mais c'est également au mois de mai que l'on souligne à travers le monde le travail indispensable des infirmières et des infirmiers (*le 12 mai plus précisément*). L'équipe de production de l'Inter-Mission a donc décidé de participer à cette thématique en vous faisant découvrir dans son numéro du printemps le rôle de l'infirmière en santé mentale qui, « au delà des soins », crée une véritable relation d'aide avec son patient. Une relation d'aide qui a la puissance de changer la trajectoire même d'une vie (*à lire aux pages 4 et 14*). Entre ces deux articles, venez à la rencontre de la nouvelle directrice générale de notre partenaire philanthropique, madame Sylvie Lauzon. Marraine de la Fondation les petits trésors depuis plusieurs années, madame Lauzon a décidé de s'investir encore plus à fond dans cette cause qu'elle connaît très bien : la santé mentale des jeunes.

Alors voilà, il ne me reste plus qu'à vous souhaiter une bonne lecture de ce numéro de l'Inter-Mission qui, je l'espère, vous plaira et à tous bon printemps!

Johanne Gagnon

Vos commentaires sont précieux,
alors n'hésitez pas à me les transmettre à l'adresse suivante :
johanne.gagnon.hrdp@ssss.gouv.qc.ca



L'infirmière
en santé
mentale

Pour qui veut
élargir ses horizons



par Stéphane Trépanier

Dans le milieu de la santé, il est fréquent d'entendre que l'infirmière en psychiatrie n'est pas une vraie infirmière. Un préjugé qui persiste même s'il semble tout droit issu de l'époque révolue des asiles du début du siècle dernier. Pourtant, lorsqu'on prend le temps d'y regarder de plus près, force est de constater que rien n'est plus faux. Au contraire! C'est peut-être même le secteur où l'infirmière est appelée à tirer profit au maximum de ses compétences. Le summum de la profession, avance Christine Lamarre, directrice des soins infirmiers à l'HRDP. Nous l'avons rencontrée avec Nathalie Maltais, conseillère clinicienne, pour qu'elles nous parlent de ce champ d'expertise encore sous-estimé, mais qui recèle sans doute le meilleur potentiel pour qui aspire aux accomplissements professionnels les plus satisfaisants. Portrait d'une spécialisation qui mérite de sortir du placard.

En cette ère de technologie avancée, ce sont les machines et ceux qui les manipulent qui ont la cote. Le secteur de la santé n'est pas en reste. Caméra intracorporelle, chirurgie au laser, scanneur en trois dimensions et autres outils sophistiqués monopolisent l'attention. Souvent au détriment de la relation humaine. Dans ce contexte, l'infirmière en santé mentale passe parfois pour une professionnelle de moindre attrait. Pourtant, quand on évalue la satisfaction du patient suite à un épisode de soin, ce n'est pas tant le degré d'ingénierie qui ressort, mais plutôt la qualité de la relation d'aide qui est mentionnée. À cet égard, l'infirmière en psychiatrie est une championne. Sa maîtrise des techniques de la relation d'aide lors d'un épisode de soin constitue dans bien des cas la clé d'une intervention réussie et l'élément déclencheur de changements en profondeur.

La relation d'aide avant tout

Pour Christine Lamarre, c'est justement cette relation d'aide qui donne tout son sens à la profession d'infirmière : « *Les soins infirmiers psychiatriques, c'est d'abord et avant tout une relation. Je trouve dommage qu'on occulte cette spécialité dans la pratique infirmière et qu'on la relègue au rang de discipline de second ordre. Comme si la technique était davantage valorisée que le lien avec le patient. Je considère que la relation d'aide est à la base de tout ce qui se fait en soins infirmiers. La psychiatrie devrait plutôt être considérée comme le point culminant de la profession et être à la base de toutes les interventions en soins infirmiers, tant au point de vue physique que psychologique. J'aimerais beaucoup que toutes les infirmières en soins physiques possèdent les bases de la relation d'aide et puissent d'abord entrer en contact avec leur client, plutôt qu'avec une*

machine ou une plaie. C'est LA porte d'entrée vers le patient. Il y aura toujours une personne sous la plaie que l'on soigne ou derrière la machine qu'on utilise. J'ai une amie aux soins intensifs qui me taquine en prétendant qu'elle est une meilleure infirmière que moi. J'ai tendance à lui répondre que si nous partions toutes les deux 10 ans dans la brousse, sans contact avec la technologie, je serais prête à parier qu'en revenant toutes les deux à l'urgence, mes résultats seraient supérieurs aux siens si on passait un questionnaire de satisfaction auprès de la clientèle après nos interventions. Tout simplement parce qu'elle aurait été démunie face aux nouvelles techniques, alors que moi j'aurais simplement fait équipe avec le patient. Car c'est d'abord la relation que tu réussis à établir avec le patient qui détermine s'il va s'engager dans un processus de rétablissement ».

Troquer le tensiomètre pour soi-même

Les infirmières en psychiatrie sont appelées à développer au maximum leur savoir-être, car elles sont leur propre outil. Le stéthoscope pour sonder l'état d'un patient, ce sont leurs yeux et leurs oreilles qui l'incarnent. Et le traitement qu'elles appliquent se donne moins par intraveineuse qu'à travers les paroles qu'elles destinent à leurs clients. De ce fait, l'infirmière psychiatrique est en perpétuelle évolution, raffinant la qualité de ses interventions au contact de chaque nouveau patient, souligne Nathalie Maltais. « C'est un domaine qui favorise la croissance personnelle de manière incroyable. On n'est pas la

même infirmière du début à la fin d'une carrière. À chaque fois que l'on rencontre une nouvelle personne, un nouvel intervenant, une nouvelle équipe ou une nouvelle situation, on devient nécessairement une nouvelle personne et une meilleure interve-

« Provoquer l'étincelle qui conduira à l'épanouissement d'un jeune en détresse fait partie de la définition de tâches d'une infirmière pédo-psychiatrique. »

Christine Lamarre

nante. On est toujours en évolution, en peaufinage et on s'améliore constamment au contact des autres.» Christine Lamarre précise le défi de cette réalité clinique : « Il faut être capable d'être un modèle dans nos relations. Ce n'est pas facile. Ça fait peur au début la connaissance de soi. Les infirmières qui sont en formation et en contact pour les premières fois avec des patients observeront nécessairement des symptômes qui leur rappelleront certaines de leurs propres attitudes. Ce peut être très confrontant de se retrouver devant un miroir. Il faut apprendre à nuancer et à mieux se connaître. Des mécanismes de défense, on en a tous. L'équilibre c'est d'être capable d'en utiliser plu-

sieurs. La psychiatrie nous oblige à creuser dans nos bibittes personnelles, pour le meilleur intérêt de nos patients... et de nous-mêmes ».

Une place à occuper

L'infirmière psychiatrique jouit d'une formation biopsychosociale. Cela lui confère l'avantage d'une vision globale qui lui permet de comprendre les différentes dimensions d'un être humain et de faire le pont entre les spécialistes et les patients qu'elle côtoie étroitement sur le terrain. Des partenaires à part entière, de revendiquer Christine Lamarre : « Les infirmières de l'avenir sont celles qui vont être d'abord des collaboratrices au sein d'une équipe professionnelle et non pas des exécutantes que l'on va solliciter pour des aspects techniques et utilitaires. Elles font partie du processus d'évaluation avec le reste de l'équipe professionnelle. Elles se doivent donc d'être formées et rigoureuses ». Nathalie Maltais renchérit : « Il faut être capable d'étayer son jugement clinique avec des données probantes. Le rôle d'évaluation, de surveillance et de suivi devient super important dans une équipe soignante composée de préposés aux bénéficiaires, d'éducateurs spécialisés et d'infirmières. L'infirmière y joue alors un rôle majeur de coordination. Elle a à assumer son « leadership » en coordonnant l'ensemble des soins. Ça exige une grande autonomie professionnelle. Il ne faut pas avoir peur d'émettre son opinion clinique en fonction du cadre de référence de notre profession quand elle est appuyée par des observations, des conversations et des informations en

provenance des professionnels collatéraux. Ce n'est pas parce qu'un autre professionnel a une opinion clinique différente qu'on est obligé d'y adhérer si on a des réserves. Mais il faut être capable de justifier notre désaccord par des observations concrètes et objectivables. C'est un rôle que les infirmières devront davantage prendre au sein des équipes cliniques » .

Une observatrice privilégiée du quotidien

Le champ de pratique de l'infirmière psychiatrique, c'est le quotidien. C'est de lui qu'elle tire ses données et c'est dans ce contexte qu'elle exerce son art. Contrairement aux autres professionnels, elle ne convoque pas en entrevue patients et familles dans un bureau fermé pour se faire raconter les événements. Elle vit les événements en direct, comme une professionnelle du moment présent qui profite des instants privilégiés où les interactions se jouent et les comportements se manifestent pour documenter son opinion clinique. Un rôle d'autant important en pédopsychiatrie où la nature des rapports familiaux est essentielle à la compréhension des processus mentaux en jeu dans le parcours d'enfants et d'adolescents en plein développement. Puis, forte de son expertise, elle analyse ce qui se trame et s'emploie à partager ses hypothèses cliniques avec les autres professionnels et le psychiatre dans un échange interdisciplinaire où sa compétence est reconnue. Loin du rôle traditionnel d'exécutante, comme l'illustre Nathalie Maltais : « *La fonction de*

l'infirmière en est une d'influence auprès de l'équipe soignante et du médecin. C'est ce dernier qui, ultimement, va prescrire, diagnostiquer et orienter le traitement. Mais j'ai l'obligation professionnelle de nourrir sa décision avec mes données objectives

« Si l'infirmière réussit alors à établir une relation positive avec la famille et le jeune, c'est quelque chose qui les marquera. »

Nathalie Maltais

pour qu'elle corresponde aux besoins du patient. L'infirmière d'aujourd'hui, surtout en santé mentale, ce n'est plus une passeuse de pilule. Lorsqu'un petit garçon de 7 ans hospitalisé ne reçoit la visite de ses parents qu'une heure par jour, c'est significatif. Lorsqu'ils viennent le voir, c'est le temps d'observer l'interaction. C'est l'infirmière qui est la mieux placée pour le faire. Dans le feu de l'action, c'est son rôle d'évaluer la situation familiale. Elle doit s'investir. »

Le bonheur d'un moment crucial de vie

L'Hôpital Rivière-des-Prairies accueille principalement une clientèle pédopsychiatrique. Des enfants et des adolescents au présent difficile, mais à l'avenir devant eux. C'est à cet avenir

que l'infirmière en santé mentale a le privilège de s'adresser lorsque, tous les jours, elle accompagne ces jeunes dans leur rétablissement. Un mot, un regard, un geste, un moment d'écoute de sa part peuvent souvent induire un changement déterminant dans leur parcours de vie. Provoquer l'étincelle qui conduira à l'épanouissement d'un jeune en détresse fait partie de la définition de tâches d'une infirmière pédopsychiatrique. Peu de professions peuvent aspirer à une telle gratification, conclut Nathalie Maltais : « *Avec la pédopsychiatrie vient beaucoup d'espoir. On travaille en prévention, en enseignement, en détection et en accompagnement pour qu'une difficulté qui en est à ses débuts n'évolue pas vers une chronicisation d'un problème psychiatrique grave. L'infirmière en santé mentale a donc la chance d'avoir beaucoup d'impact sur un jeune patient. Il ne s'agit pas de simplement faire un pansement qui, on s'entendra, même s'il est bien fait, sera vite oublié. Elle l'aide à cheminer dans un épisode de soin déterminant. Ce n'est pas rien! Cette rencontre se produit souvent dans un moment dramatique, souffrant et intense. Si l'infirmière réussit alors à établir une relation positive avec la famille et le jeune, c'est quelque chose qui les marquera. Elle aura déposé sa signature, pour le reste de leur vie. Un grand rôle. »* 🌱

A close-up portrait of Sylvie Lauzon, a woman with dark hair and bangs, smiling slightly. She is wearing a necklace and a patterned top. The background is a plain, light-colored wall.

Sylvie Lauzon

devient la nouvelle directrice générale
de la *Fondation les petits trésors*

FAIRE UNE DIFFÉRENCE...
pour le bien-être des enfants

par Alexandra Perron



Depuis novembre dernier, le siège de la Direction générale de la *Fondation les petits trésors* est occupé par une nouvelle personne... Une nouvelle personne certes, mais pas du tout une inconnue du milieu de la santé mentale! Sylvie Lauzon s'investit depuis plusieurs années en tant que marraine de la Fondation, mais elle a décidé de pousser plus loin son engagement en acceptant le rôle de directrice générale. Les défis de la santé mentale étant au cœur même de sa vie personnelle et de celle de son fils Marc-Antoine, l'occasion était parfaite pour participer encore davantage à la croissance et au rayonnement de la *Fondation les petits trésors* de l'Hôpital Rivière-des-Prairies. Rencontre avec Sylvie Lauzon, maman et communicatrice engagée, qui voit grand pour la cause de la santé mentale.

Trouver « SA » mission

Cœuvrant dans le domaine des communications depuis près de 35 ans, Sylvie Lauzon ressentait depuis quelque temps le besoin de relever de nouveaux défis. Lorsque le poste de la Direction générale de la Fondation les petits trésors s'est libéré, Sylvie Lauzon y a vu l'occasion d'utiliser toutes les forces acquises durant ses années en communication pour les mettre au service de la cause de la psychiatrie et de tous ceux et celles qui travaillent à faire évoluer les choses. D'autant plus que la santé mentale a beaucoup d'importance pour elle puisque son fils de 15 ans, Marc-Antoine, est autiste et souffre de sévères troubles d'anxiété. Elle entrevoit son nouveau rôle comme un moyen de sensibiliser, de faire tomber les préjugés et de permettre aux personnes touchées par des problèmes de santé mentale de ne plus se sentir seules : « *Si je peux contribuer à ma mesure à faire en sorte que ce soit moins tabou, que ce soit mieux compris, que les parents d'enfants qui ont un problème de santé mentale ne se retrouvent pas seuls, isolés, parce*

qu'ils n'osent pas sortir avec leurs enfants différents présentant parfois des comportements inacceptables, alors j'aurai un sentiment d'accomplissement ».

Une vision d'avenir pour la Fondation

Sylvie Lauzon voit grand pour la *Fondation les petits trésors*. En plus de soutenir l'Hôpital dans l'atteinte de ses objectifs de développement en matière de recherche, d'enseignement et de soins cliniques, elle souhaite fortement faire grandir et rayonner davantage la Fondation. « *J'ose espérer que dans l'avenir, on va mener de plus grands projets. Que ce que l'on remet chaque année à l'Hôpital ne va pas cesser d'augmenter. J'aimerais qu'on se fasse voir du grand public et des corporations, qu'on parle de nous et de la santé mentale partout* ». Investir en santé mentale, selon elle, c'est investir dans le capital humain. C'est aider les enfants et les adolescents, mais aussi leur famille à avoir une vie meilleure. Pour réussir à atteindre tous les objectifs de la Fondation, plusieurs projets d'envergure dont des col-

lectes de fonds et des stratégies médias seront mis en branle dans l'Hôpital, mais également à l'externe. Les deux porte-paroles de la fondation, Guy Lafleur et Sophie Prigent, contribueront largement au rayonnement et à la notoriété de la cause.

La santé mentale, parlons-en

La nouvelle directrice générale de la Fondation considère que pour faire disparaître les préjugés reliés à la santé mentale, il est nécessaire de sensibiliser les gens à la cause. Le défi, ce n'est pas uniquement d'en parler, mais de bien le faire. « Plus les gens connaîtront la santé mentale, plus ils auront envie de s'investir dans cette cause. On est présentement à un moment décisif où la santé mentale commence à mieux faire parler d'elle. Ce n'est pas encore évident, plusieurs tabous demeurent. Mais maintenant, avec le développement de la science, dont les neurosciences, on voit plus concrètement ce qui se passe dans le cerveau et on le comprend mieux ». Il est important de rendre les choses plus concrètes aux yeux du grand public et de faire voir les réalisations. Parce que des miracles au quotidien, il en existe plus d'un à l'Hôpital Rivière-des-Prairies...

Le soutien des spécialistes

Sylvie Lauzon, en tant que parent, a souvent côtoyé les spécialistes qui œuvrent dans le domaine de la santé mentale. Ces derniers font souvent toute la différence dans la vie et le mieux-être de ceux et celles

qui vivent des périodes difficiles en lien avec des problèmes de santé mentale. « Un grand nombre de professionnels nous accompagnent pour nous suggérer des avenues et trouver des solutions. C'est très bénéfique pour mon fils, mais aussi pour moi, car le soutien des parents est aussi pris en charge. Pendant que Marc-Antoine rencontre sa psychologue, je rencontre moi-même une travailleuse sociale avec qui je peux échanger, sans aucun jugement. » Le recul et l'écoute d'un professionnel qualifié permet-


« J'aimerais qu'on se fasse voir du grand public et des corporations, qu'on parle de nous et de la santé mentale partout. »

tent de neutraliser certaines émotions et de voir les difficultés d'un autre œil. Une relation de confiance se développe entre la famille et les différents intervenants. « De par leur travail, les professionnels de la santé mentale œuvrent au cœur même des émotions. Je trouve important que des liens se créent, parce qu'on est appelés à dévoiler des choses qui se déroulent à la maison et des événements qui sont parfois difficiles à traverser ». Plusieurs stratégies pour faire face au

quotidien sont mises sur pied selon le point de vue et la réalité de la famille et des spécialistes qui entourent l'enfant.

Et la vie continue...

La différence, il faut l'appivoiser et tenter de la vivre le plus « normale-ment » possible. Pour ce faire, il est essentiel de se sentir soutenus par les différents spécialistes et membres de son entourage. Peu importe ses capacités, chacun a le besoin de se sentir utile et à sa place, d'entretenir des espoirs et des rêves et la possibilité de les nourrir continuellement. Même si le chemin pour y arriver est parfois parsemé d'embûches... Selon Sylvie Lauzon, « une des principales souffrances en santé mentale, c'est au niveau de la communication et de la capacité à établir des liens avec les autres. Les relations avec autrui sont souvent compromises et ce sont ces dernières qui font de nous des êtres humains ».

Sylvie Lauzon, par son nouveau rôle de directrice de la Fondation les petits trésors de l'Hôpital Rivière-des-Prairies, espère grandement aider les jeunes souffrant de problèmes de santé mentale à trouver leur bonheur dans une société ouverte à la différence... Parce qu'après tout, il ne faut jamais perdre de vue le petit trésor qui existe dans chacun de nous... 



SOMMAIRE

- 1 MOT DE LA DIRECTRICE DE LA FONDATION LES PETITS TRÉSORS
- 2 LA DIFFÉRENCE PARLONS-EN
- 3 L'EXPÉRIENCE PARTAGEONS-LA
- 4 LES ACTIVITÉS

LES COORDONNÉES DE LA FONDATION

Pour communiquer avec nous et en savoir plus sur les façons d'appuyer la santé mentale des enfants :

Fondation les petits trésors
 7070, boulevard Perras
 Montréal (Québec) H1E 1A4
 Téléphone : 514 323-7234
 Sans frais : 1 877 323-7234
 Télécopieur : 514 328-3517
 Courriel :

fondation@petitstresors.ca

Site Web :

www.petitstresors.ca

CE BULLETIN EST CONFORME
AUX RECTIFICATIONS
ORTHOGRAPHIQUES



Pour des têtes en santé



CRÉDIT PHOTO : MAXIME TREMBLAY

UN MOT de la DIRECTRICE GÉNÉRALE de la FONDATION

Comme le temps file... Ces quelques mois à la Fondation me font voir à quel point les gens ont envie de s'engager. Dans le contexte actuel, il n'est pas toujours évident de convaincre et d'inspirer les gens à s'associer à notre cause, mais de plus en plus, ils entendent et comprennent ce que nous avons à dire. Il nous reste à les inspirer afin qu'ils saisissent la main que nous leur tendons.

À la Fondation, nous sommes en pleine ébullition. Non seulement nous lançons dans quelques semaines notre campagne grand public à laquelle Guy Lafleur a choisi de s'associer, mais nous relançons également le *Show les petits trésors*. Pour sa 4^e édition qui se tiendra le 7 mai, pendant la Semaine nationale de la santé mentale, notre show prendra un nouvel envol : il devient le **Show les petits trésors de Sophie**. C'est donc notre marraine Sophie Prigent qui nous présentera ses coups de cœur. De belles surprises vous attendent et je peux déjà vous dire que vous retrouverez sur scène quelques-uns des candidats de l'émission LA VOIX. Cette soirée sera, j'en suis certaine, inoubliable et j'espère que vous y serez.

Je suis aussi très heureuse de constater à quel point vous avez envie de construire avec nous. Grâce à l'heureuse initiative de Ghitza Thermidor du conseil multidisciplinaire, nous sommes nombreux à nous entraîner pour participer à la marche ou à la course du *Défi caritatif de la Banque Scotia*. Vous n'avez pas la berlue, ceux et celles que vous voyez marcher, courir, monter les marches en s'amusant dans l'Hôpital, c'est nous! Notre groupe prendra le départ le 28 avril prochain sur le circuit Gilles Villeneuve au Parc Jean-Drapeau. Merci Ghitza pour cette belle initiative qui nous fait du bien et qui en même temps vient soutenir notre cause.

J'en profite pour dire un grand merci à Line Bellavance et Marie-Michèle Leclerc qui ont toutes les deux drôlement facilité mon arrivée à la Fondation. Leur connaissance des dossiers m'a permis de m'intégrer plus facilement. Marie-Michèle nous quittera dans quelques jours pour profiter de son congé de maternité. Je lui souhaite des mois de plaisir avec son petit trésor.

Je nous souhaite aussi, à quelques semaines de ce grand lancement pour la Fondation, de continuer à travailler ensemble pour que nos petits trésors et leur famille puissent aussi espérer le meilleur.

À bientôt,

Sylvie Lauzon



La différence

parlons-en

Les petits trésors au Centre Bell

Au début de janvier, Alain Gauthier, vice-président exécutif et directeur général Gestion des bâtiments au Centre Bell et membre du conseil d'administration de la Fondation, nous a fait une offre que nous ne pouvions refuser. Grâce à l'initiative « *Le hockey en parle* » des équipes canadiennes de la Ligue nationale de hockey (LNH), six de nos jeunes ont pu assister, dans une loge, au match qui opposait les Canadiens de Montréal aux Bruins de Boston. Ça a été en tout point une soirée mémorable.

D'abord, il fallait y être pour ressentir à quel point les amateurs étaient heureux de retrouver leurs équipes à l'œuvre après le long lockout. Nos jeunes n'ont pas fait exception. Ils ont suivi le match avec attention et profité de chaque seconde de la soirée. Ils ont pu rencontrer le défenseur Josh Georges, Guy Lafleur, Sophie Prigent et Youppi! Leur bonheur était palpable et ça faisait plaisir à voir.

Emanuelle, Marjorie, Julie, Michael, Michel, Guillaume et leurs éducateurs sont ressortis de cette soirée le sourire aux lèvres et les bras chargés de cadeaux. Merci aux Canadiens et à leur partenaire Bell Canada pour cette soirée extraordinaire. Merci à Alain Gauthier qui a sûrement tiré quelques ficelles pour que la Fondation les petits trésors soit de la fête.

Et merci à la LNH qui a décidé de consacrer cette soirée à la santé mentale, grâce à l'initiative des Canucks de Vancouver dont l'un des joueurs s'est enlevé la vie en 2011. En parlant et en continuant à sensibiliser la population, ils ont, tout comme nous, l'espoir de voir les choses changer.



J'ai rencontré Josh Georges en personne!



Que demander de plus!



Je n'ai jamais vécu rien d'aussi extraordinaire!

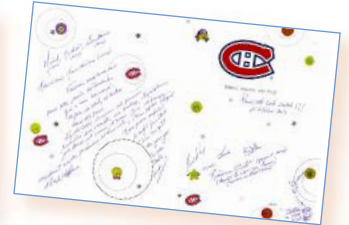


Une vue en plongée de notre loge... chanceux hein!



Même Youppi est venu nous saluer!

MERCI pour cette belle soirée!



Nos jeunes ont tenu à écrire un petit mot de remerciements pour cette soirée extraordinaire!

UN MOT DES GARÇONS

Nous voulons vous remercier pour cette soirée extraordinaire qui a mis beaucoup de joie, de soleil, de bonheur dans nos cœurs.

Quelle belle surprise de pouvoir rencontrer des vedettes du hockey, Guy Lafleur, Josh Georges et aussi d'avoir pu échanger agréablement avec des comédiens et humoristes, Sophie Prigent et Michel Mpambara.

Nous avons apprécié le buffet qui était au gout du jour pour les ados! (tout le monde est d'accord sur ce point!)

Michel (16 ans), **Michaël** (16 ans), **Guillaume** (17 ans) et leurs éducateurs, **Robert** et **Marie-Christine**.

UN MOT DES FILLES

Je voulais vous remercier pour la belle soirée qui nous a été offerte. Je suis vraiment heureuse d'avoir passé une soirée au hockey... et d'avoir rencontré du monde, y compris vous! Merci encore!

Marjorie

Bonjour les Habs!

Je voulais vous remercier du plus profond de mon cœur pour la merveilleuse soirée qui nous a été offerte, Go les Habs! Nous sommes de tout cœur avec vous!

De mon cœur de fan,

Émanuelle

Bonjour,

Mon nom est Julie. J'aimerais vraiment vous remercier pour les billets pour le hockey des Canadiens. Je suis vraiment contente d'avoir passé à la télé et de les avoir vus!

Julie



partageons-la

La Fondation les petits trésors remet près de 150 000 \$ à l'Hôpital Rivière-des-Prairies



CRÉDIT : Stéphane Trépanier

Au moment de remettre le chèque symbolique. De gauche à droite : Sylvie Lauzon, directrice générale de la Fondation les petits trésors, Carolle Martin, directrice générale de l'Hôpital Rivière-des-Prairies, Nicole Smolla, chercheuse à l'Hôpital Rivière-des-Prairies, et Louise Rousseau, directrice de la recherche à l'Hôpital Rivière-des-Prairies.

À titre de partenaire philanthropique, la Fondation les petits trésors était heureuse de remettre un chèque de 148 900 \$ à l'Hôpital Rivière-des-Prairies. Lorsqu'on sait qu'un enfant sur six souffre d'un problème de santé mentale au Québec, quoi de plus naturel que de contribuer de façon tangible à améliorer leur quotidien et celui de leur famille?

Cette somme permettra à l'Hôpital Rivière-des-Prairies de financer les projets suivants :

- Offrir un soutien technique pour le développement des soins du programme clinique des saines habitudes de vie en pédopsychiatrie;
- Développer un traitement novateur pour prévenir la récurrence chez les adolescents : la thérapie comportementale dialectique;
- Amorcer une étude électrophysiologique des troubles langagiers chez une population pédopsychiatrique âgée de 4 à 6 ans;
- Entreprendre une recherche sur le désir mimétique dans l'autisme;
- Contribuer à des bourses de recherche pour favoriser la relève scientifique.

C'est donc avec beaucoup d'enthousiasme que Sylvie Lauzon profitait d'une rencontre avec le personnel de l'Hôpital Rivière-des-Prairies pour poser son premier geste officiel depuis son entrée en fonction en remettant près de 150 000 \$ à son unique partenaire philanthropique : l'Hôpital Rivière-des-Prairies, marquant ainsi une nouvelle ère de collaboration entre les deux organisations dans l'atteinte de leurs objectifs respectifs.

CAMPAGNE GÉNÉROSITÉ de la STM



Tous les organismes bénéficiaires de la grande générosité de la STM étaient heureux de participer à ce dévoilement pour la campagne 2012-2013.



Inout Munteanu, lieutenant au Service Sécurité et contrôle de la STM, était heureux de dévoiler le montant remis à la Fondation les petits trésors.

Depuis plusieurs années, nous avons la chance d'avoir à nos côtés un partenaire qui a à cœur la santé de nos petits trésors. La Société de transport de Montréal nous accompagne dans plusieurs de nos activités et dans le cadre de sa campagne de générosité 2012-2013, elle nous a remis un chèque de plus de 70 000 \$ dollars. La générosité fait partie des gènes de la STM puisque d'année en année, ce sont des millions de dollars que recueillent les employés et les retraités de la Société de transports en commun de Montréal. Tournois de golf et activités de toutes sortes sont au cœur de cette grande campagne annuelle de générosité. Plusieurs organismes en bénéficient dont notre Fondation et nous en sommes reconnaissants.

De constater que notre cause touche jusque dans les grandes entreprises fait chaud au cœur. Après tout, il ne faut pas oublier que derrière un patron ou un employé, se trouve probablement un parent qui peut imaginer ce que ça représente d'accompagner un enfant dont la santé mentale est vacillante. Un grand merci à la STM pour cette belle initiative et nous espérons à la Fondation les petits trésors de l'Hôpital Rivière-des-Prairies que notre collaboration durera longtemps encore.



NOUVEAU SITE WEB de la FONDATION

Depuis le temps qu'on en parle, la Fondation a maintenant un nouveau site Web. Nous y avons travaillé pendant plus d'un an. Notre envie était d'avoir un site plus convivial et facile d'utilisation. Tout a été revu et corrigé. Les couleurs du site sont maintenant à l'image de la Fondation, claires et rafraî-

chissantes. Nos porte-paroles, notre conseil d'administration et notre mission y sont clairement identifiés. Nous utiliserons cette plateforme le plus souvent possible pour parler des petits miracles qui se produisent ici à l'Hôpital Rivière-des-Prairies.

À l'ère des réseaux sociaux, nul ne peut espérer se faire connaître et reconnaître sans être présent sur le Web. Nous serons donc de plus en plus actifs non seulement sur notre site, mais aussi sur notre page Facebook, Twitter et LinkedIn. Cette communauté que nous voulons développer, c'est aussi la vôtre et la participation de chacun d'entre nous peut faire la différence. Merci de devenir nos amis.



Les activités

mobilisons-nous

Opération tirelire : donnez vos cents noires!

L'Opération tirelire se poursuit! Depuis le retrait de cette pièce de la monnaie canadienne, bien des organismes à but non lucratif ont organisé leur récupération, une belle façon de faire une collecte de fonds. La Fondation les petits trésors ne fait pas exception!

En collaboration avec l'Association des fondations d'établissements de santé du Québec (AFÉSAQ) et les Caisse Desjardins, la Fondation les petits trésors profite de cette initiative et se verra remettre une partie des sous noirs recueillis par les caisses participantes du territoire de Montréal. De plus, la Fondation s'est associée à la Caisse Desjardins de Rivière-des-Prairies et à titre de partenaire, celle-ci remettra 70 % de la somme recueillie à notre organisation. Nous les remercions de leur précieuse collaboration et de leur appui dans cette opération!

Parallèlement à cette initiative, nous continuons d'inviter le personnel de l'Hôpital Rivière-des-Prairies à vider ses fonds de tiroir, ses vieux pots de verre et à alléger son portemonnaie dans nos boîtes de dons aux caisses de la cafétéria ou dans notre énorme boîte de plexiglas placée à l'accueil de l'HRDP! Et surtout, remplissez le coupon de participation afin de spéculer sur le nombre de cents noires que nous pourrions amasser dans cette fameuse boîte! La personne ayant estimé au plus près le nombre de cents noires amassés sera déclarée notre grand vainqueur et se verra remettre un chèque-cadeau d'une valeur de 750 \$, gracieuseté de McCall photographie, pour une séance de photo professionnelle. Participez en grand nombre! Le dévoilement du ou de la gagnante se fera à la fin de la campagne.

Défi caritatif de la Banque Scotia

Vous n'êtes pas encore au courant? Lisez la suite...

La Fondation les petits trésors participera pour une quatrième année consécutive au Défi caritatif de la Banque Scotia le 28 avril prochain. Au moment de lire ces lignes, la Fondation est toujours en mode recrutement et collecte de fonds afin d'atteindre de nouveaux sommets!

En effet, l'année dernière, plus de 50 marcheurs et coureurs se sont inscrits au 5 ou au 21 km de Montréal et ont participé au Défi caritatif de la Banque Scotia. Ils ont amassé près de 15 000 \$. On peut dire que ce fut notre plus belle année autant au niveau de la participation que de la collecte de fonds. Encore bravo et merci.

Notre ambition pour l'édition 2013 est de réunir une équipe d'au moins 80 personnes et de recueillir un minimum de 20 000 \$. Ces objectifs peuvent sembler élevés, mais cette année, l'initiative de Ghizta Thermidor, présidente du conseil multidisciplinaire de l'HRDP, nous donne des ailes. En effet, les kinésiologues s'occupent de notre remise en forme en préparant un programme d'entraînement pour les participants, question de franchir tous ensemble le fil d'arrivée!

Nous vous invitons à visiter le (nouveau!) site de la Fondation ou notre page Facebook ([facebook.com/FondLPT](https://www.facebook.com/FondLPT)) pour avoir les détails en temps réel.

Plus on sera nombreux, plus on aura de plaisir et peut-être réussirons-nous à gagner le 5 000 \$ que la Banque Scotia offre généreusement à l'équipe la plus nombreuse.



Une première campagne médiatique pour la Fondation les petits trésors

Comme vous le savez sans doute, ce ne sont pas les fondations qui manquent au Québec. Toutes ces organisations œuvrent pour de bonnes causes et nous sommes souvent sollicités pour leur venir en aide.

Comment choisir dans un contexte budgétaire limité? Bien entendu, nous choisissons avec notre cœur... et nous avons choisi un homme de cœur pour devenir le personnage central de notre prochaine campagne grand public. Guy Lafleur a accepté cette fois encore de porter la cause des petits trésors plus loin.

La Fondation les petits trésors lancera donc sa toute première campagne publicitaire avec Guy Lafleur dans le cadre de la Semaine nationale de la santé mentale, en même temps que le Show les petits trésors de Sophie.

Ne soyez pas surpris d'entendre parler de la Fondation, c'est un premier pas vers la reconnaissance du grand public et de la cause de la santé mentale des enfants et des adolescents. Ce sera aussi l'occasion de découvrir un homme de cœur qui tient à ce que les choses changent pour toutes les familles qui, comme la sienne, ont dû traverser bien des difficultés avant de recevoir diagnostics et traitements.

Guy Lafleur a été touché lorsqu'il a visité l'Hôpital l'an dernier. Et c'est ce qu'il a vu lors de cette visite qui l'a convaincu de jouer dans notre équipe. La Fondation l'en remercie du fond du cœur.

Et si vous n'avez pas vu notre nouvelle publicité, venez sur notre site au www.petitstresors.ca

LE SHOW LES PETITS TRÉSORS de SOPHIE

Pour le plus grand plaisir de nos fans, la Fondation est heureuse d'annoncer, après une année sabbatique, le retour du Show les petits trésors en version améliorée! En effet, l'empreinte de notre marraine Sophie Prigent sera encore plus grande car, en plus de profiter de ses multiples talents, nous profiterons aussi de ses coups de cœur musicaux!

En effet, le Show les petits trésors de Sophie se tiendra le 8 mai prochain au Monument-National. Avez-vous votre billet? Consultez le site de la Fondation pour l'acheter maintenant. Qui sait quelles VOIX nous entendrons?



Tout ce que vous vouliez savoir sur l'infirmière en psychiatrie sans jamais avoir osé le demander...



Un 5 à 7 organisé par l'HRDP pour démystifier cette spécialisation méconnue.

Le 7 février 2013, l'Hôpital Rivière-des-Prairies lançait une invitation aux infirmières : découvrir la réalité des soins infirmiers en psychiatrie! Pour cette occasion

particulière, les convives ont pu assister aux allocutions d'infirmières cliniciennes expérimentées, visionner une vidéo préparée spécialement pour l'évènement, écouter le témoignage d'une ex-patiente et échanger dans une ambiance conviviale avec les membres de l'équipe infirmière de l'HRDP, dont notamment des

représentantes du comité jeunesse du CII. Une activité qui se démarquait des traditionnelles journées portes ouvertes et qui a suscité un enthousiasme manifeste, tant de la part des représentantes de l'HRDP qui avaient l'occasion de partager leur passion du métier, que du public averti qui a visiblement apprécié l'initiative.



Janie a livré à l'assistance un témoignage inspirant.



Le public était visiblement attentif lors des présentations.



Des représentantes du comité jeunesse du CII partagent leurs expériences avec les participants.

Calendrier des événements

28 avril 2013

Le Défi caritatif de la Banque Scotia au profit de la Fondation les petits trésors de l'Hôpital Rivière-des-Prairies

Le plaisir de bouger...pour une bonne cause! Tel est l'esprit qui animera les employés et amis de l'HRDP qui chausseront leurs espadrilles le 28 avril prochain au profit de la Fondation les petits trésors de l'Hôpital Rivière-des-Prairies. En marchant ou en courant 5 kilomètres ou même un demi-marathon lors de cet évènement annuel, ils amasseront des fonds pour la santé mentale. Pour y participer ou commanditer un coureur, nous vous invitons à suivre l'hyperlien suivant qui vous conduira directement à l'équipe de l'HRDP:



<http://my.e2rm.com/TeamPage.aspx?EventID=96771&LangPref=fr-CA&TeamID=359728>



Dre Caroline Berthiaume, Ph. D. Psychologie

Coordonnatrice clinique à la Clinique d'intervention des troubles anxieux de l'HRDP

Caroline Berthiaume partage son expertise à l'émission « Experts en série »

Le 23 janvier dernier, Caroline Berthiaume accordait une entrevue à l'animatrice Marianne Paquette de l'émission *Experts en série* à Canal M, la radio de Vues & Voix. Sur le thème des troubles anxieux à l'enfance et à l'adolescence, Mme Berthiaume s'est appliquée à brosser un tableau de cette problématique qui touche de 15 à 20 % des jeunes. L'entrevue peut être écoutée sur le Web à l'adresse suivante :

www.vuesetvoix.com/radio/?powerpress_pinw=27405-podcast

Caroline Berthiaume, conférencière à l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal

Caroline Berthiaume participait le 27 mars dernier avec Stéphane Guay, Ph. D., directeur du Centre d'étude sur le trauma, à la conférence grand public sur le stress organisée par le Centre de recherche Fernand-Seguin. Sous le thème *Traumatisé? Stressé? Résistant? - Lumière sur le stress posttraumatique*, Mme Berthiaume y abordait plus spécialement les particularités des troubles anxieux à la période de l'enfance et de l'adolescence.



Dr Réal Labelle, Ph. D. Psychologie

Chercheur à la Direction de la recherche de l'HRDP

Intervention du Dr Labelle dans le cadre de la semaine de prévention du suicide

Le Dr Réal Labelle a accordé une entrevue au quotidien La Presse le 5 février dernier dans le cadre de la semaine de prévention du suicide. Il y commentait une récente étude américaine de l'Université Harvard qui affirmait que 60 % des adolescents ayant un plan de suicide feraient une tentative. Des données qui, même si le taux de suicide au Québec est à la baisse, nous rappellent la nécessité d'être particulièrement à l'écoute de la détresse des adolescents.

Construire et soutenir la résilience chez l'adolescent suicidaire

Le 7 février 2013, le Dr Réal Labelle présentait un atelier lors du Colloque lavallois en prévention du suicide 2013. Sous le titre « *Construire et soutenir la résilience chez l'adolescent suicidaire* », il y abordait entre autres le concept des facteurs de protection, un outil de prévention et d'intervention particulièrement étudié à la Clinique des troubles de l'humeur de l'HRDP.



Dre Paule Morin, Ph. D. Psychologie

Clinique d'intervention précoce de l'HRDP

Paule Morin explique la psychose à l'émission Experts en série

Le 20 mars dernier, Mme Paule Morin participait à l'émission *Experts en série* au Canal M, la radio de Vues et voix. Elle y décrivait les manifestations de la psychose à l'adolescence et les bénéfices de l'intervention précoce auprès de ces jeunes patients.

Oups! Une omission a malencontreusement été commise dans la dernière chronique de *Nos experts s'illustrent*. Le nom de Geneviève Racicot, psychoéducatrice à la Clinique d'intervention des troubles anxieux de l'HRDP, aurait dû figurer aux côtés de ceux de Caroline Berthiaume, Roger Godbout et Évelyne Martello dans la liste des collaborateurs au Guide d'intervention cognitivo-comportementale auprès des enfants et des adolescents, un collectif sous la direction de Mme Lyse Turgeon et de Mme Sophie Parent. Voilà l'erreur corrigée!



Roger Godbout, Ph. D. Psychologie

Responsable du Laboratoire et de la Clinique du sommeil de l'HRDP

Le Dr Roger Godbout invité par la Société québécoise de la schizophrénie

Le Dr Godbout donnait le 13 novembre dernier une conférence organisée par la Société québécoise de la schizophrénie. Le Dr Godbout y faisait le point sur l'organisation et les principaux troubles du sommeil et sur les diverses façons d'y remédier.

« Cerveau en bourdonnement » accueille le Dr Godbout

Le Dr Roger Godbout présentait le 23 novembre dernier, à l'occasion de la journée scientifique de l'Hôpital Louis-H. Lafontaine - Institut universitaire en santé mentale de Montréal - consacrée aux causes physiopathologiques de la schizophrénie, la conférence : Le sommeil, les rêves et la schizophrénie; un cerveau dans tous ses états. Le Dr Godbout y faisait le bilan des connaissances dans ce domaine en décrivant les difficultés de sommeil associées à la schizophrénie, les bénéfices des traitements et l'utilité de l'analyse des rêves pour jauger l'état d'esprit des patients.

Comment la fatigue affecte-t-elle notre cerveau quand on conduit?

C'est la question à laquelle répondait Roger Godbout dans le cadre de l'émission *Une pilule, une petite granule*, à Télé-Québec, le 14 février dernier. Il y expliquait notamment la différence entre la fatigue et la somnolence quand vient le temps de prendre le volant et les conséquences de cette dernière sur la vigilance en situation de conduite.

Pour accéder à l'émission :

<http://pilule.telequebec.tv/occurrence.aspx?id=1087>

Le Dr Godbout invité à l'émission « Là est la question »

Le laboratoire du sommeil de l'HRDP recevait l'équipe de *Là est la question* pour l'enregistrement de son émission du 26 mars à TFO, la télévision culturelle et éducative de l'Ontario français. Il y était notamment question du sommeil à l'adolescence et du rôle des rêves. Un adolescent s'est d'ailleurs prêté de bonne grâce à l'exercice du test en laboratoire et à la caméra, électrodes comprises. Il y était également question du travail de chercheur.

Roger Godbout démystifie l'apnée du sommeil à l'émission « Dessine-moi un dimanche »

Le Dr Roger Godbout était l'invité de Franco Nuovo à l'émission *Dessine-moi un dimanche* à la première chaîne de la radio de Radio-Canada, le 17 février dernier. Le psychologue y a fait le point sur l'apnée du sommeil tout en déboulonnant au passage quelques mythes sur cette problématique de santé.

Calendrier des événements

Journée annuelle de la recherche

La journée annuelle de la recherche, organisée par le Centre de recherche Fernand-Séguin (CRFS), aura lieu cette année le **30 mai** à l'Hôpital Rivière-des-Prairies. Une dizaine de chercheurs et d'étudiants y présenteront leurs travaux en santé mentale sous forme de courtes conférences, en plus d'une présentation par affiche. Cette rencontre annuelle récompensera également les travaux de plusieurs étudiants par la remise de bourses, dont une de vulgarisation scientifique offerte par la Fondation les petits trésors. À noter que pour l'édition 2013, on y soulignera le 20^e anniversaire du CRFS en invitant un vulgarisateur scientifique de renom à venir nous entretenir de la carrière de Fernand Séguin, soit M. Yannick Villedieu, animateur à l'émission « *Les années lumières* », à la première chaîne de la radio de Radio-Canada.



Une rencontre déterminante

Quand l'infirmière fait la différence



par Stéphane Trépanier

Le 7 février dernier, l'HRDP organisait un 5 à 7 pour présenter la réalité des soins infirmiers psychiatriques. Au programme de l'évènement de sensibilisation, le témoignage de Janie, une ex-patiente venue raconter son expérience à l'HRDP, fait sensation. Au cours de son allocution, Janie mentionne un fait déterminant : l'intervention d'une infirmière dans un moment crucial de son hospitalisation. Des mots qui ont fait tomber les barrières de Janie et permis d'amorcer le processus de rétablissement. Dans la salle, le hasard veut que l'infirmière en question y soit. Même si elle a assisté au progrès de Janie, elle ne savait pas que certaines de ses paroles avaient eu un tel impact. Nous avons donc rencontré Darlyne Dusseck afin qu'elle nous parle du cheminement remarquable de Janie et du rôle pivot de l'infirmière psychiatrique en santé mentale. Un rôle qui peut changer des vies.

« Ça a été très émouvant de revoir Janie au 5 à 7 et gratifiant de l'entendre raconter son passage à l'HRDP, de raconter Darlyne Dusseck. J'ai ressenti une immense fierté. Wow! Un beau travail d'équipe a été accompli et j'y ai participé. Cette capacité d'introspection qu'a acquise Janie, c'est vraiment impressionnant. C'est encore difficile pour elle, mais elle continue à cheminer et elle s'est énormément épanouie. J'en suis très touchée. Pourtant, au moment où l'évènement qu'elle raconte s'est produit, je n'ai pas particulièrement retenu l'importance de mon intervention. Même si je m'en rappelle encore très bien aujourd'hui. »

Récit du moment déclencheur

Janie présentait un trouble anorexique. Lors de son hospitalisation, ingénieuse, elle trouvait tous les moyens possibles pour perdre du poids en faisant des exercices en cachette. Elle faisait du jogging sur son lit, des « push-up » et des « set-up » à n'en plus finir dans sa chambre,

etc. La surveillance a donc été considérablement ressermée pour éviter qu'elle ne fonde littéralement sur place. Mais Janie n'avait pas dit son dernier mot. Elle a donc développé une stratégie pour échapper à la vigilance des intervenantes. C'est dans ce contexte, se rappelle Darlyne Dusseck, que l'intervention déterminante est survenue : « Janie a découvert que la douche était un endroit sûr où elle ne pouvait être surveillée. Elle s'est donc mise à y faire son jogging et ses exercices. Mais comme il fallait qu'elle fasse couler l'eau pour qu'on ne l'entende pas, le plancher était nécessairement glissant. Comme il fallait s'y attendre, Janie s'est blessée en glissant. À mon arrivée un matin, elle avait une grosse ecchymose au visage, sa lèvre était enflée et elle avait du mal à parler. Je lui ai demandé ce qui s'était passé. Elle m'a répondu qu'elle s'était accrochée. De toute évidence, elle banalisait la situation. Elle niait avoir fait de l'exercice. Je lui ai dit « on va arrêter de nier. Tu peux continuer de te mentir à toi-même, c'est à toi que tu fais

du tort. Ce n'est pas pour moi que tu es hospitalisée, mais pour toi. Si tu veux continuer à travailler le faux, c'est toi qui perds ton temps et qui perds une belle occasion de profiter de ton hospitalisation pour amasser le plus d'outils possible. On travaille pour toi, pas contre toi ». Mon ton était ferme et assez confrontant. Mais je savais qu'elle était capable de le prendre et j'espérais au fond de moi-même qu'elle allait utiliser ça à son avantage. C'est ce qu'elle a fait. De petites phrases comme ça peuvent avoir un grand impact. C'est ça la joie d'être infirmière en pédopsychiatrie ».

Une relation de proximité mesurée fort utile

De par la nature de son travail, l'infirmière assure une présence auprès du patient en tout temps, tous quarts de travail confondus. C'est elle qui récolte toutes les observations cliniques. Elle observe si la médication est efficace, ce que le jeune fait, comment sont son humeur et sa façon d'interagir avec les autres. Source précieuse d'informations privilégiées dans les réunions cliniques, c'est souvent aussi l'infirmière qui va en quelque sorte parler au nom du jeune dans les échanges interdisciplinaires, d'expliquer Darlyne Dusseck. « En prise en charge, on suit le patient tout au long de son hospitalisation. Ce peut être deux mois, six mois, un an. On devient par la force des choses un peu son porte-parole. Il arrive que les jeunes soient réticents à parler spontanément de leurs préoccupations au psychiatre. Le statut de médecin peut les intimider. Une infirmière a la chance et le temps d'établir une relation de proximité. On est dans leur quotidien. On est là quand ils pleurent. Quand ils sont en colère, on va gérer les crises. On va écouter leurs deuils. C'est une relation privilégiée qui les incite à se

confier à nous et à s'ouvrir. Ils nous voient chaque jour dans notre authenticité. Ils voient comment on réagit face à certaines situations et ça renforce l'alliance thérapeutique. Ils sentent qu'ils peuvent nous parler et qu'on est là pour eux. Ils partagent avec nous ce qui se passe au domicile, à l'école et dans leurs relations. Et comme ils ne sont pas là aux réunions cliniques, nous faisons le pont avec toutes les autres disciplines. C'est un rôle pivot qui est bien servi par la vision globale que notre profession nous oblige à avoir du patient. C'est pourquoi notre rôle est si important. »

Gérer les crises dans les règles de l'art

Ce n'est pas toujours facile d'intervenir à chaud auprès d'adolescents à la fois en plein développement et affectés par la maladie mentale. Ça demande du doigté, du sang-froid, de la perspicacité et un grand sens de l'introspection qui, avec l'expérience, se raffineront. Confrontée à des réactions vives et imprévisibles, à des répliques parfois assassines et à une détresse intense, la tâche de l'infirmière en psychiatrie n'est pas nécessairement de tout repos. Avis aux adeptes de la routine... Ce domaine n'est pas pour vous! Mais pour qui carbure aux défis humains, surtout en pédopsychiatrie où tout est encore possible, comme le mentionne Darlyne, la gratification et la croissance personnelle sont nécessairement au rendez-vous : « Avec Janie, c'était très difficile parce qu'elle pouvait se montrer très exigeante. Elle essayait constamment de trouver mes failles. Avec une fille si intelligente et si brillante, il fallait que je sois solide. Elle pouvait être très déstabilisante. Je me disais « ce n'est pas bête ce qu'elle dit ». Elle m'obligeait à me questionner et à faire un travail sur moi. On grandit à leur contact. C'est magique.

Le suivi serré de l'alimentation a, on s'en doute, provoqué des crises. C'était difficile pour Janie. Mais une réaction intense, c'est souvent une occasion de comprendre. Gérer une crise, c'est essayer de connaître l'émotion qui se cache derrière le comportement. Est-ce que c'est de la peur, de la colère, de la tristesse qui s'exprime? Il faut creuser. À travers les situations troubles, nous pouvons intensifier la relation, construire l'alliance et solidifier la confiance. C'est la clef. Les jeunes patients réalisent qu'on est là quand ça va bien, mais aussi qu'on va être là dans les situations où ils se sentent totalement désemparés. On devient une personne de référence qu'ils peuvent aller voir même dans les moments où ils ne présentent pas la plus belle image d'eux-mêmes. Le lien se construit de cette façon et va servir au cheminement clinique. C'est ce qui s'est passé avec Janie ».

Passer au suivant

Aujourd'hui, Janie est une jeune femme qui occupe pleinement sa place dans la société, même si elle porte encore en elle la fragilité de celle qui se souvient de sa souffrance. Elle étudie à l'École de travail social de l'UOÀM, est engagée dans sa communauté et prépare un projet de coopération internationale qui l'amènera en Bolivie cet été. Elle témoigne régulièrement de son expérience pour briser les tabous qui pèsent sur la santé mentale. En partageant son histoire personnelle, elle en aide d'autres à retrouver espoir. « Le témoignage de l'un peut être la délivrance d'un autre », mentionne Darlyne Dusseck, qui est à même de constater l'effet multiplicateur de l'épanouissement de Janie. Une jeune femme qui l'a aidée elle-même à cheminer, tant personnellement que professionnellement : « Ce qu'elle m'a apporté? La patience! Elle a aiguisé ma pa-

tience (rire). Elle m'a aidée aussi à mieux comprendre l'immense détresse qui se cache derrière l'anorexie. C'est difficile d'imaginer la souffrance qui accompagne un geste aussi banal que manger. Pourtant, pour ces personnes la relation avec les aliments est extrêmement complexe et douloureuse. Janie m'a permis d'approfondir ma compréhension de la complexité de ce qu'elles vivent ».

Ne jamais sous-estimer le pouvoir infirmier

L'infirmière psychiatrique occupe une place privilégiée auprès du patient. Même si rien ne serait possible sans un remarquable travail d'équipe et une étroite complicité avec les autres professionnels, l'infirmière est sans doute la professionnelle qui bénéficie de la meilleure position

d'observation et d'intervention auprès du patient, au cœur de son quotidien. Son influence en apparence discrète contribue pourtant indéniablement au rétablissement, même si parfois elle peut en douter, comme en témoigne Darlyne. « Parfois, on se demande si on aide vraiment ces jeunes. Puis, on réalise, comme dans le cas de Janie, que nos paroles peuvent avoir un effet tellement important! Juste notre présence attentive, la stabilité qu'on leur donne pendant des mois, et qui est peut-être la seule qu'ils ont reçue dans leur vie, peut les transformer, les aider à grandir et à cheminer. Ils ne demandent qu'à être entendus, reçus, accueillis. Il ne faut jamais minimiser notre apport. C'est mon message. Et quand je vois des histoires comme celle de Janie, je me dis que j'adore vraiment ce que je fais. C'est ça ma réelle paye! ».



Les étapes par lesquelles Janie a dû passer...

Darlyne résume les phases qu'a dû traverser Janie depuis son hospitalisation

LA NÉGATION. « À son arrivée, Janie ne voulait pas vraiment s'ouvrir à nous. Elle ne voulait même pas nous parler. Elle se disait qu'elle allait faire son temps et s'arranger pour nous manipuler comme elle le voulait. C'était ses propos. »

UNE TIMIDE OUVERTURE. « Ensuite, elle a commencé à nous faire un petit peu plus confiance. Mais elle se disait quand même qu'elle ne nous montrerait pas la réalité. On ne saurait pas comment elle se sent réellement. Elle allait manger sommairement pour nous faire plaisir, pour rentrer dans le cadre, mais sans plus. À ce moment, il n'y avait rien qui pouvait être travaillé en profondeur, tant au niveau des émotions qu'elle ressentait que des combats qu'elle livrait à l'intérieur d'elle. »

LÂCHER PRISE. « Puis, les barrières ont cédé. Elle s'est abandonnée et nous a dit

« je laisse tomber, j'abandonne. S'il vous plaît, aidez-moi! Je vous fais confiance, je vais essayer de travailler, de cheminer, de vous dire les vraies affaires, même si c'est difficile pour moi d'aborder ça et que ça me fait vraiment souffrir. Mais je suis prête à essayer. »

LA RÉHABILITATION. « Une fois engagée, le travail s'est amorcé. Elle s'est confiée avec authenticité. Son état s'est graduellement stabilisé, elle s'est conformée totalement au traitement, des changements en profondeur ont commencé à s'installer et Janie a finalement pu obtenir son congé. »

LA CONSOLIDATION. « À l'évènement du 7 février dernier, cela faisait un bon moment que je n'avais pas revu Janie. Elle appelait une fois par année pour me dire où elle en était rendue dans sa vie. De la voir en personne, si épanouie, active, déterminée, c'était fantastique. »

Extrait du témoignage de Janie

J'ai tenu à faire ce témoignage ce soir pour vous dire à quel point vous pouvez faire la différence dans la vie d'une personne sans même vous en douter. C'est un emploi qui n'est pas toujours facile, mais sans des gens comme vous, passionnés et qui ont à cœur le bien-être des autres, je ne serais pas devant vous aujourd'hui. Ces infirmiers et infirmières vivent au jour le jour à nos côtés et nous encouragent, nous guident, nous écoutent, nous encadrent et croient en nous. D'ailleurs, je me souviens d'un matin où une des infirmières m'a pris à part pour me parler. Je venais en fait de me blesser dans la douche en faisant des exercices en cachette, mais pourtant, je continuais à nier l'évidence. Elle m'a alors dit : « Janie tu peux continuer de te mentir à toi-même, c'est à toi que tu fais du tort... mais ne me mens pas, je préfère que tu me dises la vérité, même si tu n'as pas le droit de faire ce que tu fais. Arrête de te battre contre les gens qui veulent t'aider ». Je me suis alors effondrée en larmes et j'ai compris que je me battais contre moi-même... Ce fut un des éléments déclencheurs qui m'ont aidée à voir plus clair et qui m'ont poussée à me battre pour vaincre cette maladie qui avait pris le dessus sur moi!



Gene Béliveau, Yvette Fortier et Luc St-Aubin, membres du comité Vert et participants à l'activité.

LE MIDI EXPLOSIIF... UNE ACTIVITÉ DE SENSIBILISATION SUR LES MATIÈRES DANGEREUSES

Le 13 février dernier, le comité vert de l'HRDP a mis sur pied un kiosque de sensibilisation sur les matières dangereuses utilisées au travail. Par l'utilisation de différents outils, dont un jeu-questionnaire et une présentation de l'application Web SIMDUT, les participants ont pu en apprendre davantage sur le contrôle, la gestion et la classification des produits à risque à l'HRDP.

Voilà un bon moyen d'informer et d'assurer un environnement de travail sécuritaire pour tous!

Parce que leur santé mentale nous tient à cœur!

Blogue
L'informière en pédiopsychiatrie

UN LIEU D'ÉCHANGE
SUR LA PRATIQUE INFIRMIÈRE ET
LA SANTÉ MENTALE DES JEUNES

Nathalie Maltais, inf., M.Sc.
Coordinatrice éducation spécialisée à la
Division des soins infirmiers de l'Hôpital Rivière-des-Prairies

facebook.com/hrdp.qc
twitter.com/HopitalRDP
vimeo.com/hrdp
youtube.com/user/HRDP000
flickr.com/photos/hopitalrdp/
issuu.com/hopitalrivieredesprairies
www.hrdp.qc.ca

Suivez
l'Hôpital Rivière-des-Prairies
sur les médias sociaux



UNE ACTIVITÉ « STYLÉE »! ATELIER-MIDI SUR LES TENDANCES MODE PRINTEMPS-ÉTÉ

Avec l'arrivée imminente des températures printanières, quoi de mieux qu'une activité rafraichissante pour se détendre et se changer les idées. C'est sous cette optique qu'un atelier-midi sur la mode et les tendances printemps-été a été organisé pour le personnel de l'HRDP.

Lors de cette activité, les stylistes en mode personnalisée de chez « Ludique » ont présenté une foule de conseils pour aider à créer ou à rafraichir son image... De quoi faire tourner les têtes à la prochaine saison!



Les trois stylistes de chez « Ludique », Émilie Robidoux, Jeff Golf et Caroline Alexander.



4^e édition



Mercredi
8 mai 2013 20 h

« **Show les petits trésors**
de Sophie »

Monument-National,
1182 boulevard Saint-Laurent



Sophie Prigent s'entoure cette année de ses coups de cœur musicaux.

Retrouvez les artistes de l'heure
qui uniront leur voix pour des têtes en santé!

SERONT DU SPECTACLE :

♥ **Luc De Larochellière**

♥ **Andrea Lindsay**

♥ **Ingrid St-Pierre**

♥ **Karim Ouellet**

♥ **Ariane Brunet**

♥ **Jérôme Minière**

et des artistes de l'émission... **LA VOIX!**

Billet régulier 50 \$

Billet **VIP** 250 \$ *donnant accès au cocktail dinatoire à 18 h*

crédit photo Veffia

BILLETS EN VENTE DÈS LE 17 AVRIL

Réseau Admission :

www.admission.com ou 1 855 790-1245

Monument-National :

www.monument-national.qc.ca ou 514 871-2224

**C'est à ne
pas manquer!**

Passez une soirée inoubliable tout en contribuant
à l'unique Fondation s'occupant exclusivement
de la santé mentale des enfants
et des adolescents au Québec



Le **CECOM**
de l'Hôpital Rivière-des-Prairies et
le Centre jeunesse
de Montréal - Institut universitaire
PRÉSENTENT
« Contes de résilience »

Une collection de 16 contes, avec guide d'accompagnement, qui s'adresse à des enfants de 4 à 12 ans aux prises avec d'importants problèmes psychosociaux.

Chaque conte, écrit avec justesse, finesse et style par Gérald Lajoie, Ph. D., psychologue retraité du Centre jeunesse de Montréal – Institut universitaire et illustré par Alexandra Le Corné, aborde une ou plusieurs situations douloureuses vécues par des enfants en grande difficulté : rejet, angoisse, anxiété de séparation, négligence, maltraitance, placement, déracinement, abandon, identité négative, mauvaise estime de soi, danger de recrutement, toxicomanie parentale et autres.

La collection « *Contes de résilience* » s'avère un outil précieux pour dénouer une impasse dans la communication d'un enfant avec son psychologue, travailleur social, psychoéducateur, enseignant, parent ou tuteur, pour favoriser l'accès à son monde intérieur et pour l'amener à s'exprimer sur la ou les situations qui le bouleversent.

Les contes de résilience ont été conçus pour être lus par ou avec l'aide d'une personne significative pour l'enfant en situation d'intervention individuelle. Ils peuvent également servir à des fins de formation pour les intervenants ou de soutien aux parents.

L'ensemble des contes, incluant le guide d'accompagnement, est présenté dans un boîtier et est disponible au coût de 100 \$ auprès du CECOM de l'Hôpital Rivière-des-Prairies.

Pour plus d'information et pour commander la collection
« Contes de résilience »

Visitez le site Web : www.hrdp.qc.ca/cecom

CECOM de l'Hôpital Rivière-des-Prairies
7070, boul. Perras
Montréal, QC, H1E 1A4, Canada
Tél: 514 328-3508
cecom.hrdp@sss.gouv.qc.ca

