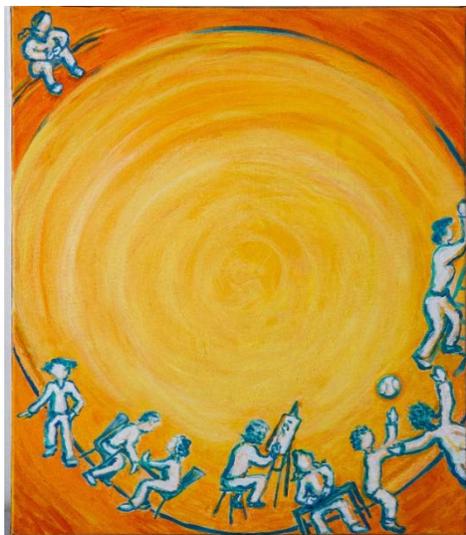


Programme Santé globale : un tremplin vers mon mieux-être

**Pour un complément thérapeutique
de premier choix**

Cadre de référence – Loisir

version du 25 septembre 2019



Remerciements

Ce document a pu être réalisé grâce à la contribution de :

Auteurs

Nathalie Coulombe, chef de programme
Annick Simard, nutritionniste

Collaboration

Sébastien Chabot, technicien en loisirs
Jacinthe Goupil, technicienne en loisirs
Anne L'Abbé, technicienne en loisirs
Martin Nolet, technicien en loisirs
Marie-Hélène Piché, technicienne en loisirs

Soutien administratif

Manon Bidégaré, agente administrative
Louise Carrière, agente administrative
Claudia-Kim Labrie, agente administrative

Table des matières

1. Philosophie d'intervention.....	4
2. Données probantes tirées de la littérature.....	4
2.1 Constats majeurs	4
2.2 Impacts positifs sur la personne ayant un trouble de santé mentale	5
2.2.1 Sur le plan psychologique.....	5
2.2.2 Sur le plan physique	6
3. Modèles de pratique de loisirs	6
4. Domaines d'activités thérapeutiques	7
5. Objectifs thérapeutiques.....	7
6. Offre de services	8
6.1 Clientèle en santé mentale-volet hospitalisation	8
6.2 Clientèle en santé mentale-volet externe	8
6.3 Services complémentaires	8
6.4 Activités de transfert de connaissances.....	8
7. Ambitions pour les cinq prochaines années	9
Annexe 1 : Indicateurs de mieux-être – loisirs.....	10
Annexe 2 : Fondements du programme.....	11
Annexe 3 : Objectifs cliniques généraux et spécifiques	12
Annexe 4 : Interfaces de collaborations interprofessionnelles au PSG	13
Annexe 5 : Valeurs ajoutées.....	14
Annexe 6 : Critères d'admissibilité	15
Annexe 7 : Trajectoire de référence	16
Annexe 8 : Programmation d'activités récréatives	17
Annexe 9 : Maillage avec nos partenaires de la communauté	20
Annexe 10 : Fil conducteur – loisirs	21
Bibliographie.....	25

Programme Santé globale : un tremplin vers mon mieux-être

1. Philosophie d'intervention

Au programme Santé globale (PSG), la pratique du technicien en loisirs est destinée à favoriser le rétablissement de la personne à l'aide d'activités de loisirs, qu'elles soient de nature culturelle, sociale, artistique ou physique. Il vise la qualité de vie au quotidien et la mise en action de la personne.

Le technicien en loisirs est un professionnel de la santé qui effectue la planification, la réalisation et l'évaluation des activités de loisirs. Il utilise l'activité comme levier d'action pour permettre à la personne de reprendre le contrôle de sa vie afin de développer son plein potentiel, de retrouver ses intérêts et ses passions.

Le technicien en loisirs tient compte des goûts et des intérêts de la personne dans le but de maximiser davantage son plein potentiel et ses chances de réussite. Les buts premiers sont de rester en contact avec d'autres personnes, d'éviter l'isolement et de développer de saines habitudes de vie. Le technicien en loisirs travaille pour que la personne redécouvre ou développe ses capacités dans le but de stimuler ses temps libres.

Le projet de vie demeure le point de départ des démarches effectuées par le technicien en loisirs. Celui-ci propose des activités de groupe ou individuelles en tenant compte des capacités mentales, intellectuelles, physiques et monétaires. Par ses actions, le technicien en loisirs vise à responsabiliser la personne et à lui permettre de développer son autonomie. Les installations sont sécuritaires, accueillantes et dans un environnement convivial.

Le PSG est donc un passage entre l'hospitalisation et la sortie posthospitalisation afin que la personne puisse reprendre le contrôle de sa vie et vivre sa pleine citoyenneté.

2. Données probantes tirées de la littérature

2.1 Constats majeurs

Des recommandations formulées à l'égard de la récupération fonctionnelle des personnes atteintes de troubles mentaux (American Journal of Psychology, 2011) préconisent les interventions psychosociales axées sur le retour à l'emploi, l'éducation, le logement, les relations et la santé physique. Elles mettent l'accent sur le développement d'interventions visant l'adoption de modes de vie saine et d'activités de loisirs, considérant que :

- Les cinq principaux objectifs pour l'atteinte d'une récupération fonctionnelle sont, dans l'ordre : l'emploi, l'éducation, le logement, les relations sociales et la santé.

La recherche démontre que les comportements de loisir constituent un aspect important du rétablissement. En effet, les activités de loisirs jouent un rôle important dans l'amélioration de la qualité de vie des personnes atteintes de troubles mentaux. En raison des possibilités d'autodétermination et des émotions positives qui leur sont associées

(plaisir, joie, sens à sa vie, etc.), les activités de loisirs constituent une avenue puissante pour se rétablir d'un trouble mental.

Les échecs personnels, les difficultés à développer et à maintenir des relations, la solitude, les problèmes de santé physique et mentale, l'inactivité et les difficultés à prendre soin de sa santé sont considérés comme les principaux facteurs susceptibles de nuire à la qualité de vie des personnes atteintes de troubles mentaux. La participation à des activités significatives de loisirs s'est révélée une solution efficace pour contrer ces déterminants de la qualité de vie et du rétablissement.

Plusieurs personnes aux prises avec un trouble de santé mentale ont de la difficulté à démarrer des activités de loisirs ou à s'impliquer. Elles ont souvent besoin d'accompagnement pour se mettre en action. Celles vivant dans la communauté disent souffrir de solitude, d'ennui et d'isolement. Le manque de ressources, la précarité financière, les difficultés de transport, l'absence de soutien social, la stigmatisation et la crainte pour la sécurité personnelle constituent les principaux obstacles mentionnés.

L'accès à un intervenant faisant office de « coach » de loisirs peut aider les personnes vivant avec un trouble de santé mentale à explorer ou redécouvrir leurs intérêts, à surmonter les obstacles de la participation à la vie communautaire, à développer ou affiner leurs compétences sociales et à trouver les ressources nécessaires au maintien et à la poursuite d'activités.

2.2 Impacts positifs sur la personne ayant un trouble de santé mentale

Les activités significatives de loisirs constituent une composante essentielle du bien-être des personnes vivant avec un trouble de santé mentale. L'engagement et la participation à des activités de loisirs significatives et agréables ont un impact positif sur la santé mentale. Les émotions positives et le sentiment de satisfaction qu'elles induisent fournissent de nombreux bénéfices tant psychologiques que physiques.

Les activités qui correspondent aux valeurs et aux intérêts des personnes ont le potentiel de soutenir les changements thérapeutiques du mode de vie et contribuer au développement d'aptitudes, à la productivité, à la socialisation et à l'engagement social. Le risque de rechute, enjeu majeur en psychiatrie, est attribué à l'insuffisance de ressources personnelles, communautaires et sociales. D'ailleurs, les personnes rapportent que le fait d'être encouragées et accompagnées pour leurs activités est un facteur clé de leur participation.

2.2.1 Sur le plan psychologique

Les activités de loisirs permettent de réduire le stress, les symptômes de la dépression et de l'anxiété, de même que les attitudes défensives. Elles améliorent l'humeur et l'estime personnelle, procurent des sentiments de compétence et d'efficacité, et elles favorisent le développement des aptitudes sociales.

En l'absence d'autres rôles sociaux (détenir un emploi rémunéré, par exemple), les activités de loisirs génèrent un sentiment d'accomplissement, aident à structurer les journées, donnent un but et contribuent à l'acquisition d'une identité distincte et d'une vie pleine de sens.

Des activités de loisirs offertes dans le cadre d'un programme de santé mentale communautaire destiné aux personnes atteintes de troubles mentaux sévères et persistants, isolées socialement, ont démontré des améliorations significatives de l'autoévaluation de la solitude, de l'estime de soi, du fonctionnement social, de la satisfaction envers ses relations sociales et la vie de façon générale.

L'écriture, la création artistique, les activités sociales et la lecture ont été rapportées comme des activités hautement significatives par les personnes atteintes de troubles mentaux. Selon elles, ces activités jouent un rôle important dans leur rétablissement en induisant un état de conscience de soi et un certain équilibre mental. De plus, les activités profitables au maintien du rétablissement, d'une vie significative et du bien-être le plus souvent mentionnées sont la marche, la télévision, la lecture, la musique, le temps passé avec un animal de compagnie ou avec ses petits-enfants et les conversations téléphoniques.

Une transition graduelle et soutenue de l'hôpital vers la communauté est considérée comme un facteur important d'intégration sociale, particulièrement en ce qui a trait aux activités de loisirs et récréatives. Les personnes se disent plus motivées à participer à des activités connues, appréciées, au sein d'un réseau social qui leur est familier. De surcroît, un environnement considéré comme sécuritaire et indulgent favorise le développement d'un sentiment de contrôle et d'autodétermination.

D'ailleurs, les personnes âgées atteintes de troubles de santé mentale associent la « bonne santé » au fait d'être indépendant, c'est-à-dire d'avoir un sentiment de contrôle sur sa vie. Les facteurs qu'elles associent à l'indépendance incluent la capacité de gestion du stress et le maintien des relations interpersonnelles, des bienfaits que peuvent leur procurer les activités de loisirs.

Les consommateurs de substances psychoactives recherchent souvent une gratification immédiate les amenant à délaisser leurs occupations. L'éducation aux loisirs vise justement à ce qu'ils acquièrent des connaissances, développent des habiletés et vivent des expériences ayant pour but de les amener à prendre conscience qu'il est possible d'avoir du plaisir et de socialiser sans consommer. Les interventions ciblent la création d'un réseau social, l'expérimentation de nouvelles activités, le développement d'un style de vie équilibrée ainsi que la gestion de la solitude et de l'ennui, moments propices aux rechutes.

2.2.2 Sur le plan physique

Les activités de loisirs sont essentielles à un mode de vie saine. Leurs bienfaits s'expriment par une amélioration des niveaux d'énergie et d'activité, de la fonction immunitaire et de la guérison. Elles permettent aussi de réduire les effets secondaires de la médication. Qui plus est, elles contribuent au maintien de la santé globale et diminuent les hospitalisations.

3. Modèles de pratique de loisirs

Dans le but de favoriser le maintien dans la communauté des personnes atteintes de troubles mentaux et de prévenir les hospitalisations, des recommandations à l'égard des types d'interventions et des milieux les plus favorables à l'intégration communautaire, à l'autodétermination et au développement de l'estime personnelle ont été émises. Elles avancent que des efforts doivent être faits pour individualiser les approches et mieux cibler les intérêts et les activités de loisirs disponibles dans les milieux de vie.

Les composantes essentielles aux activités de loisirs qui s'inscrivent dans le continuum de soins et de services en santé mentale comprennent la création d'environnements favorables à l'engagement communautaire et au développement de liens significatifs. Le soutien et l'accompagnement axés sur le développement de stratégies visant à surmonter les obstacles à la participation, à accroître la confiance en ses compétences personnelles, à renforcer le sentiment d'appartenance à un groupe, à vivre des succès et à ressentir des émotions positives sont d'autres éléments essentiels.

Des recommandations visant à faciliter l'accès aux activités de loisirs des personnes aux prises avec des troubles mentaux ont été formulées à l'intention des prestataires de soins et de services en santé mentale. Ces recommandations invitent les prestataires à :

- ▶ Créer et évaluer des modèles d'intervention en loisirs fondés sur l'approche *coaching* afin de favoriser l'intégration aux activités, l'inclusion sociale, la satisfaction face à la vie et tout autre résultat bénéfique;
- ▶ Impliquer des intervenants et des pairs habilités à modéliser des stratégies positives d'adaptation aux loisirs;
- ▶ Former les gestionnaires de cas à évaluer les croyances des personnes à l'égard de leurs capacités d'adaptation aux activités et inclure l'intégration aux activités de loisirs dans les objectifs thérapeutiques;

Élaborer un programme visant à promouvoir et à accroître le soutien communautaire et l'intégration des personnes aux activités de loisirs, y compris la promotion, l'éducation à la famille et aux proches, l'autodétermination et l'adaptation proactive.

4. Domaines d'activités thérapeutiques

Promotion d'activités récréatives de loisirs;

Activités récréatives de réseautage;

Activités thérapeutiques d'intégration à la vie communautaire.

5. Objectifs thérapeutiques

Objectif général

- ▶ Stimuler l'identification et l'exploration de champs d'intérêt/passions.
- ▶ Promouvoir la remise en action.
- ▶ Contrer l'isolement et favoriser la socialisation.
- ▶ Contribuer à l'atteinte des objectifs du plan de traitement, d'intervention et du projet de vie.

Objectif spécifique

- ▶ Soutenir l'expérimentation d'activités d'intégration aux loisirs de la communauté (courte durée).
- ▶ Encourager la reprise ou la participation à une activité de loisir (longue durée).

6. Offre de services

6.1 Clientèle en santé mentale-volet hospitalisation

- ▶ **Programmation d'activités récréatives de groupe à l'Animathèque.**
 - ▶ S'adresse à la clientèle hospitalisée en soins de courte et longue durée ou en hébergement au site Institut universitaire en santé mentale de Québec.
- ▶ **Programmation d'activités récréatives d'intégration dans la communauté (individuelles ou de groupe).**
 - ▶ S'adresse à la clientèle hospitalisée en soins de courte et longue durée au site Institut universitaire en santé mentale de Québec n'ayant pas de suivi avec une équipe de la communauté et dont l'un des objectifs du plan d'intervention vise un soutien aux loisirs dans le cadre d'un retour à domicile ou d'une réinsertion dans la communauté.
- ▶ **Programmation d'activités récréatives sur les unités de soins afin de répondre à un besoin spécifique ponctuel ou périodique de l'équipe traitante.**

6.2 Clientèle en santé mentale-volet externe

Aucun service n'est offert à la clientèle externe.

6.3 Services complémentaires

- ▶ **Activités de sensibilisation, de prévention et de promotion de la santé (acquisition de saines habitudes de vie)**
 - ▶ **Ateliers motivationnels** : ateliers de groupe offerts à tous les usagers du PSG, bâtis sur le modèle d'entretien motivationnel, explorant différentes thématiques en lien avec les saines habitudes de vie et le mieux-être.
 - ▶ **Groupes thérapeutiques** : groupes interactifs rassemblant des usagers ayant des caractéristiques ou des buts communs reliés au bien-être physique, mental et social.
 - ▶ **Tremplin** : ateliers de groupe interactifs, animés par les professionnels du PSG et des usagers partenaires, axés sur la sensibilisation, la prévention et la promotion de la santé globale. Basé sur une approche populationnelle et dispensé dans divers points de services dans la communauté, Tremplin vise à développer la capacité d'autogestion de sa santé, l'intégration dans la communauté, la participation sociale et la socialisation.

6.4 Activités de transfert de connaissances

- ▶ **Enseignement et supervision de stages.**

7. Ambitions pour les cinq prochaines années

Accessibilité

- ▶ Faire connaître nos services.

Collaboration

- ▶ Développer des partenariats dans la communauté;
- ▶ Poursuivre l'intégration des proches de la personne à nos processus de travail et de prestation de services;
- ▶ Poursuivre et optimiser la collaboration avec nos partenaires actuels.

Perfectionnement

- ▶ Contribuer au développement d'une offre de groupe en remotivation pour les personnes ayant de la difficulté à mettre en place les changements désirés dans l'adoption de saines habitudes de vie.

Partage d'expertise

- ▶ Poursuivre la supervision de stagiaires en loisirs.

Annexe 1 : Indicateurs de mieux-être – loisirs

Accessibilité

- Taux d'usagers référés (longue durée) pratiquant une activité de loisir dans la communauté.

Intégration dans la communauté

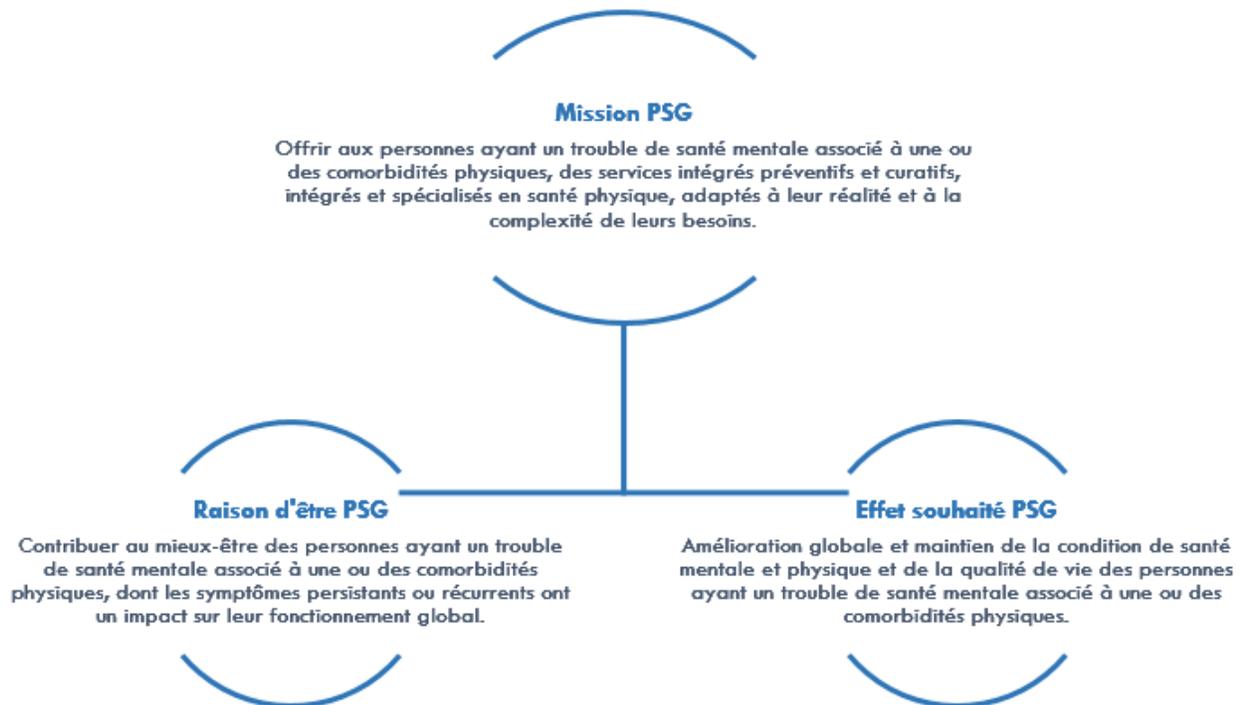
- Taux d'usagers référés (courte durée) ayant exploré une activité d'intégration aux loisirs dans la communauté.

Rétablissement

- Nombre de personnes utilisatrices identifiant une amélioration de leur :
 - Symptômes de la maladie : stress, anxiété, énergie, sommeil, alimentation, humeur;
 - Sentiment d'accomplissement de soi;
 - Motivation à pratiquer un loisir/une passion;
 - Sentiment de compétence à pratiquer de façon autonome un loisir;
 - Présence de liens sociaux significatifs.

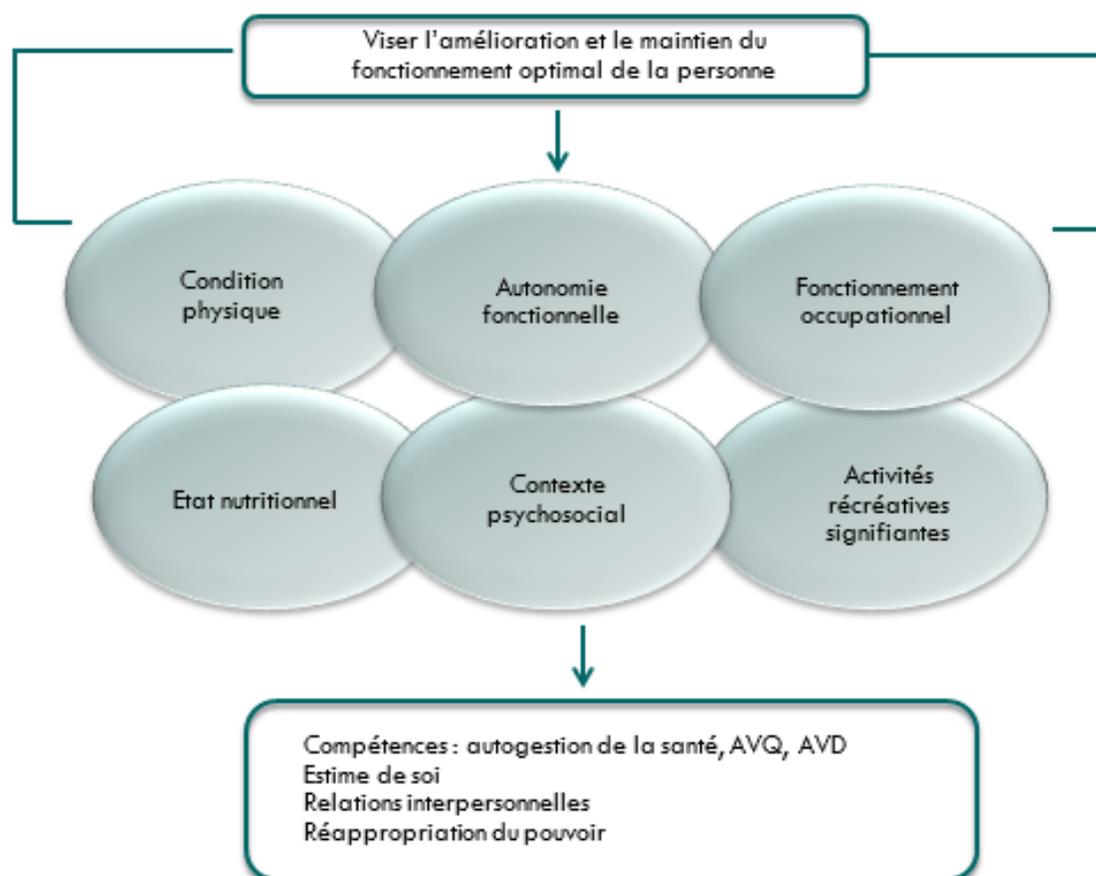
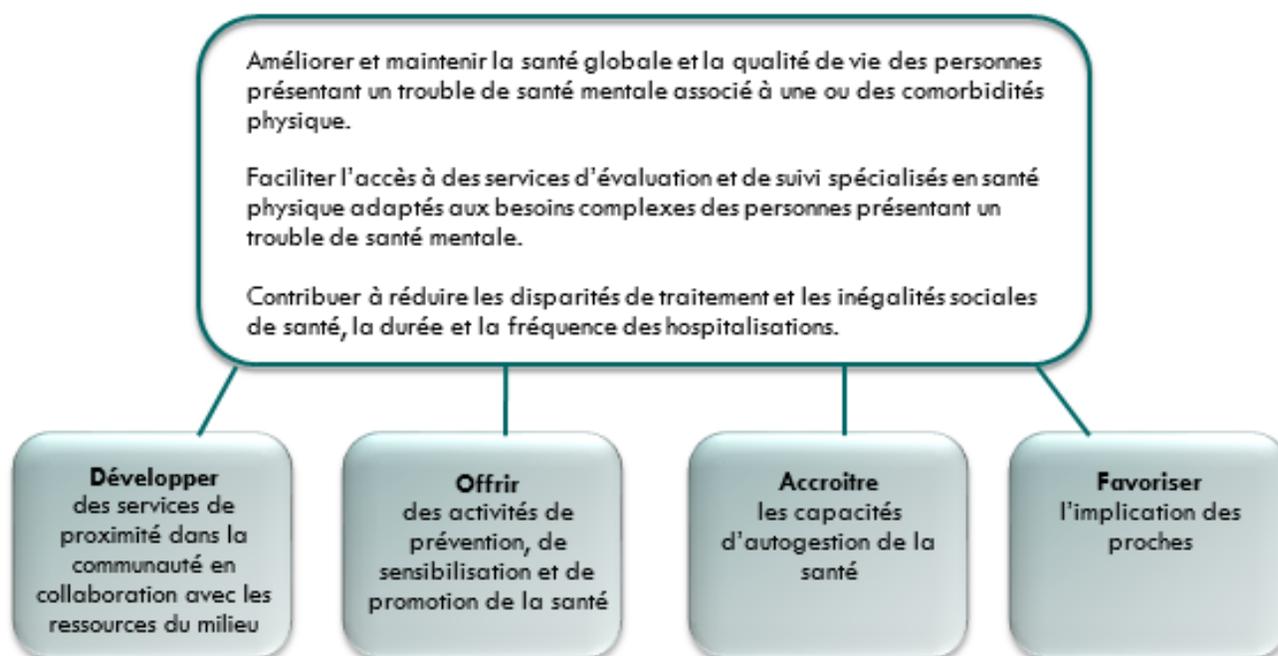
Annexe 2 : Fondements du programme

Pour les personnes utilisatrices de services; le mieux-être et l'amélioration de la qualité de vie se traduisent par le désir de prendre soin de soi par l'adoption de saines habitudes de vie et par l'acquisition d'habiletés permettant de mieux gérer leur santé mentale et physique. Les interventions visent à les aider à se sentir plus vivants et énergiques, moins limités par la maladie et ses effets associés, à avoir des projets d'avenir, une vie sociale, des passions et des loisirs qui leurs procurent bien-être et plaisir. Groupe de discussion PSG, 2017



Annexe 3 : Objectifs cliniques généraux et spécifiques

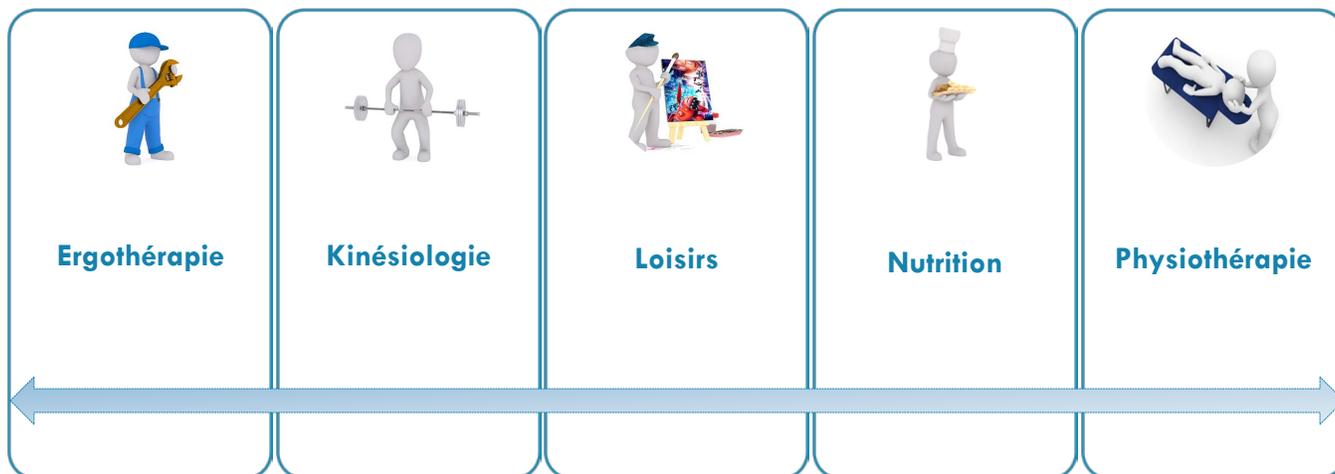
Le programme prône la mise en œuvre d'une approche globale et intégrée de la santé. Il vise trois grands objectifs. Ceux-ci sont liés à quatre intentions d'actions, par lesquelles les professionnels réalisent leur mission et permettent à la personne de retrouver un mieux-être global.



Annexe 4 : Interfaces de collaborations interprofessionnelles au PSG

La synergie des interventions

Certains problèmes de santé requièrent une approche interdisciplinaire pour maximiser les conditions de réussite de l'atteinte des objectifs de rétablissement. À cet effet, selon la complexité du problème et les besoins biopsychosociaux de la personne, les professionnels du programme proposent des interventions concertées pour certaines situations cliniques, ce qui n'exclut pas d'autres situations pour lesquelles le travail en collaboration interprofessionnelle peut s'avérer plus optimal.



Annexe 5 : Valeurs ajoutées

Pour la personne atteinte de trouble de santé mentale, l'accessibilité aux soins est limitée par un ensemble de facteurs liés à la maladie, dont la difficulté à exprimer ses besoins et les contraintes économiques et sociales. Le programme propose une offre de services flexibles et diversifiés pour répondre à la réalité et aux besoins particuliers de sa clientèle.

Accès facilité

Les personnes utilisatrices de nos services ont exprimé qu'il est plus sécurisant d'avoir accès à des services personnalisés, souples et adaptés à leurs besoins et leur réalité. Groupe de discussion PSG, 2017.

Le programme propose à sa clientèle des installations et services en milieu hospitalier et en plateaux externes propices à l'intégration dans la communauté, aménagés et adaptés à la clientèle en santé mentale.

Milieus normalisant

Les préjugés dans les milieux de santé constituent un autre obstacle aux soins. La stigmatisation nuit à l'attention et à l'importance accordée aux plaintes physiques, souvent considérées comme des symptômes psychologiques, ce qui entraîne des retards et des erreurs de diagnostic. Également, les personnes atteintes de troubles mentaux graves reçoivent moins de conseils préventifs sur leurs habitudes de vie. Plusieurs intervenants croient, à tort, qu'elles ne sont pas concernées par leur santé physique ni intéressées à modifier leur mode de vie. Poulin 2005, Goff et al.

Pour soutenir le rétablissement et favoriser le maintien de la personne dans la communauté, le programme offre une prestation de services continue, dans la communauté, pendant et après l'hospitalisation.

Continuum de soins et services

Dans sa réforme le Mental Health Commission of New South Wales (NSW), recommande de prioriser et faciliter l'évaluation et le suivi de la santé physique des personnes atteintes de troubles mentaux graves dans les milieux spécialisés en santé mentale, et ce, dès le début du traitement. Physical Health and mental wellbeing: évidences guide, 2016.

Les besoins de notre clientèle sont nombreux et complexes (problèmes physiques et mentaux, dépendance, habitudes de vie néfastes, insécurité financière et alimentaire, etc.). Comme la personne présente souvent plus d'une problématique à la fois, le programme privilégie une approche globale. Conséquemment, l'ensemble des dimensions de la santé physique et mentale, les impacts des comorbidités sur la qualité de vie, et les déterminants de la santé sont pris en compte.

Services intégrés

Les modèles de soins intégrés et les approches collaboratives sont plus efficaces pour traiter les personnes atteintes de multimorbidités que les modèles traditionnels. Fédération française de psychiatrie 2015, Australie.

Annexe 6 : Critères d'admissibilité

ADMISSIBILITÉ AU PROGRAMME SANTÉ GLOBALE

Clientèle admissible

Le programme s'adresse aux adultes qui résident sur le territoire du CIUSSS de la Capitale-Nationale, région 03. La personne présente une ou des comorbidités physiques associées à une condition de santé mentale dont les symptômes persistants ou récurrents ont un impact sur son fonctionnement global. Son état de santé physique et/ou mentale entrave sa capacité de recevoir des soins en santé physique adaptés dans le réseau de la santé.

Critères d'admissibilité

La priorisation d'une demande tient compte de la situation globale de la personne et des comorbidités associées à sa situation. En raison de l'interrelation qui existe entre les problèmes de santé physique et la condition de santé mentale, plusieurs facteurs sont considérés. La priorité est déterminée selon les critères reliés à la nature de la demande et des éléments suivants : **vulnérabilité, sécurité, intégrité physique et mentale, retour et maintien à domicile**. Par souci d'équité, les critères de priorisation sont les mêmes pour la clientèle interne et externe.

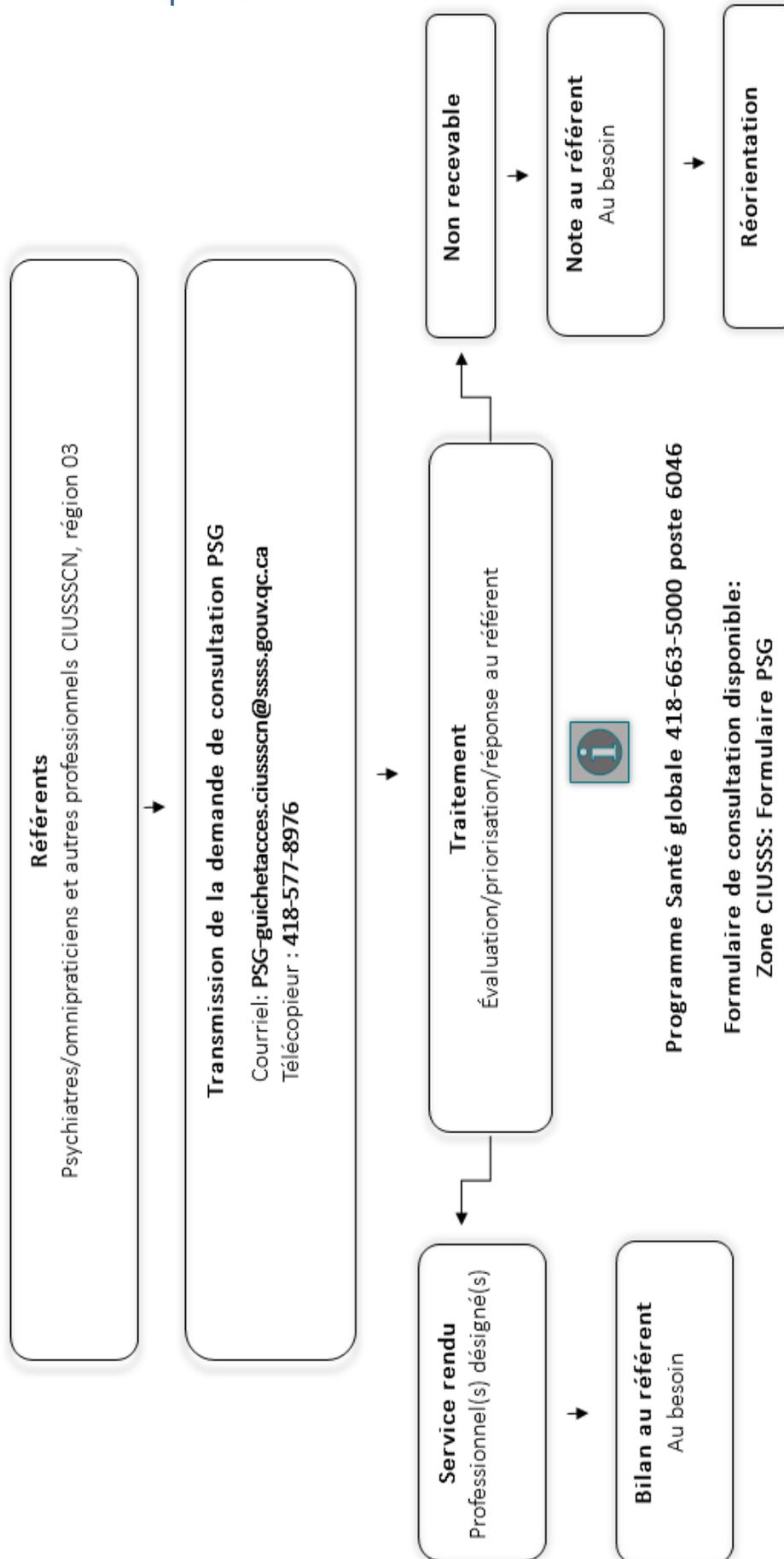
- Résider sur le territoire du CIUSSS de la Capitale-Nationale, région 03;
- Avoir 18 ans et plus;
- Présenter un trouble de santé mentale dont les symptômes, persistants ou récurrents, entravent la capacité de recevoir des services en soins physiques ailleurs dans le réseau;
- Être consentant à recevoir les soins et les services;
- Être volontaire pour s'impliquer dans la prise en charge de sa santé.

Conditions ayant une influence sur la priorisation des demandes**

- La sécurité ou l'intégrité physique et mentale;
- L'autonomie fonctionnelle;
- La détérioration ou la modification de la condition de santé physique ou mentale ayant un impact sur le rétablissement, le retour ou le maintien à domicile;
- La présence de critères de vulnérabilité;
- La date de réception de la demande de consultation;
- Les suivis interprofessionnels à valeur ajoutée au regard du motif de consultation initial.

** Il est à noter que le délai pour la prestation du service peut varier en fonction du volume des demandes reçues et de la disponibilité de la personne qui a besoin des soins et des services.

Annexe 7 : Trajectoire de référence



Continuum de soins et services intégrés en santé mentale et physiques – pendant et après l'hospitalisation
La synergie des interventions – ergothérapie-kinésiologie-loisirs-nutrition-physiothérapie
Approche collaborative – de concert avec les professionnels-la personne-ses proches

Annexe 8 : Programmation d'activités récréatives

Activité	Description de l'activité
Programmation d'activités récréatives de groupe à l'Animathèque	

Activité de loisirs	▶ Activités culturelles, artistiques et thématiques saisonnières dispensées dans le mail au site Institut universitaire en santé mentale de Québec
---------------------	--

Atelier musical	▶ Activité de chant, guitare et karaoké, offerte en grand groupe
-----------------	--

Animathèque en avant-midi	▶ Activité libre : café social, billard, ordinateur, cartes, journaux, jeux de table, animaux, etc.)
---------------------------	--

Activité communautaire en après-midi et en soirée	▶ Activité structurée qui se tient à l'Animathèque ou dans le mail (OKO, bingo, ciné-popcorn, soirée musicale, tournois et jeux, etc.)
---	--

Activité spéciale thématiques	▶ Activité en grand groupe lors d'une fête thématique (Noël, Saint-Valentin, Halloween, etc.)
-------------------------------	---

Activité	Description de l'activité
Programmation d'activités récréatives d'intégration dans la communauté (individuelles ou de groupe)	

Plani-bouffe	▶ Groupe se réunissant pour planifier un repas communautaire, dresser la liste d'épicerie et effectuer les achats ▶ S'adresse à la clientèle en soins de courte durée des troubles psychotiques
--------------	--

Souper Agapè	▶ Groupe se réunissant au centre d'Entraide Agapè pour cuisiner et partager un repas et toutes les tâches s'y rattachant. ▶ S'adresse à la clientèle en soins de courte durée des troubles psychotiques et de psychiatrie légale
--------------	---

Café-rencontre au Pivot	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Discussions et réflexions sur différents thèmes, jeux et autres, permettant à la clientèle d'évoluer dans un contexte amical et de groupe ▶ S'adresse à la clientèle en soins de courte durée des troubles psychotiques et de psychiatrie légale
Intégration dans la communauté	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Sorties extérieures planifiées en groupe (planif-action) ou non. Sorties de plein air, culturelles, centres communautaires ou autres ▶ S'adresse à la clientèle en soins de courte et longue durée
Explorateur urbain	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Groupe formé pour prendre en main l'organisation d'activités de loisirs et les réaliser. Certaines sorties sont des visites de ressources communautaires. ▶ S'adresse à la clientèle en soins de courte durée des troubles psychotiques et de psychiatrie légale
Jardin Agapè	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Activité de jardinage utilisée comme outil thérapeutique pour amener les usagers à se mobiliser ▶ S'adresse à la clientèle en soins de courte durée des troubles psychotiques et de psychiatrie légale
Groupe femmes en action	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Groupe consacré à une clientèle aux prises avec un trouble anxieux. Activités proposées à l'interne et à l'externe pour améliorer le réseau social des participantes ▶ S'adresse à la clientèle admise au K-4100 (IUSMQ) et à une clientèle externe ayant un trouble anxieux et de l'humeur

Activité	Description de l'activité
Programmation d'activités récréatives sur les unités de soins au site Institut universitaire en santé mentale de Québec afin de répondre à un besoin spécifique ponctuel ou périodique de l'équipe traitante	
Atelier d'arts	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Activité où l'on apprend, explore, découvre différents médiums d'art
Tournée des animaux	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Offrir la possibilité aux usagers d'avoir un contact avec un animal (lapin, oiseau, cochon d'Inde)
Tournée spéciale d'unité	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Effectuer une rencontre avec les usagers directement dans l'unité lors d'événements spéciaux (semaine des soins aux personnes âgées, cabane à sucre, etc.)
Activité individuelle	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Accompagnement d'un client pour la réalisation d'activités variées en fonction de ses besoins
Souper amical	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Activité tenue avec la clientèle hospitalisée se réunissant pour planifier et réaliser un repas ainsi que les tâches s'y rattachant
Sortie de loisir	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Sorties extérieures planifiées en groupe (planif-action). Sorties de plein air, culturelles, centres communautaires ou autres
Jardin IUSMQ	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Activité de jardinage utilisée comme outil thérapeutique pour amener l'utilisateur à se mobiliser
Petit déjeuner	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Groupe se réunissant pour prendre part activement à la confection de son propre déjeuner

Annexe 9 : Maillage avec nos partenaires de la communauté

Partenaire actuel	Objet du partenariat
Organismes dans la communauté	▶ Collaboration ateliers culinaires et clubs sportifs
Agapè	▶ Souper communautaire et jardin Agapè sur les toits
Le Pivot	▶ Intégration dans la communauté
Odyssée bleue	▶ Activités dans la communauté
Centre Mgr-Marcoux	▶ Intégration dans la communauté
Centre Jean-Guy-Drolet	▶ Ligue de quilles
Le Pavois	▶ Prêt d'équipement et club sportif pour 35 ans et plus
Atelier de la terre	▶ Partage d'expertise
Leucan	▶ Plateau de bénévolat
Feu vert	▶ Activités de loisirs dans la communauté
Organismes dans la communauté	▶ Dispensation des ateliers Tremplin dans la communauté
	▶ Référencement et collaboration à l'adhésion de la clientèle du PSG à la programmation d'activités de la zone géographique ciblée
Cégep de Rivière-de-Loup	▶ Supervision de stagiaires

Annexe 10 : Fil conducteur – loisirs

Devise du PSG

Un tremplin vers mon mieux-être pour un complément thérapeutique de premier choix



Raison d'être du PSG

Contribuer au mieux-être des personnes ayant un trouble de santé mentale associé à une ou des comorbidités physiques dont les symptômes persistants ou récurrents ont un impact sur leur fonctionnement global.



Valeurs du PSG

Autonomie : Accompagner et responsabiliser la personne dans son processus de mieux-être.

Respect/ouverture : Accueillir la personne dans son individualité et sa globalité.

Collaboration : Agir de concert avec la personne, ses proches, les équipes traitantes et les partenaires de la communauté.

Intégration : Offrir des installations et des services adaptés dans la communauté.

Créativité : Proposer des services et des approches cliniques reconnues et novatrices.



Clientèle du PSG

Clientèle hospitalisée en soins de courte et longue durée ou en hébergement au site Institut universitaire en santé mentale de Québec.



Domaines d'activités cliniques – secteur loisirs

- ▶ Promotion d'activités récréatives de loisirs;
- ▶ Activités récréatives de réseautage;
- ▶ Activités récréatives d'intégration à la vie communautaire.



Offre de service – secteur loisirs

Clientèle en santé mentale-volet hospitalisation (site Institut universitaire en santé mentale de Québec)

- ▶ Programmation d'activités récréatives de groupe à l'Animathèque;
- ▶ Programmation d'activités récréatives d'intégration dans la communauté (individuelles et de groupe);
- ▶ Programmation d'activités récréatives sur les unités de soins afin de répondre à un besoin spécifique ponctuel ou périodique de l'équipe traitante.

Clientèle en santé mentale-volet externe

- ▶ Aucun service n'est offert à la clientèle externe.

Services complémentaires

- ▶ Activités de sensibilisation, de prévention et de promotion de la santé (acquisition de saines habitudes de vie).

Activités de transfert de connaissances

- ▶ Enseignement et supervision de stages.



Objectifs cliniques généraux – secteur loisirs

- ▶ Stimuler l'identification et l'exploration de champs d'intérêt/passions significatives;
- ▶ Promouvoir la remise en action;
- ▶ Contrer l'isolement et favoriser la socialisation;
- ▶ Contribuer à l'atteinte des objectifs du plan de traitement, d'intervention, et du projet de vie.



Effets souhaités du PSG

Amélioration globale et maintien de la condition de santé mentale et physique et de la qualité de vie des personnes ayant un trouble de santé mentale associé à une ou des comorbidités physiques.



Indicateurs de mieux-être – secteur loisirs

Accessibilité

Intégration dans la communauté

Rétablissement



Maillages avec nos partenaires de la communauté – secteur loisirs

Organismes dans la communauté, Agapè, Le Pivot, Odyssée bleue, Centre Monseigneur-Marcoux, Centre Jean-Guy-Drolet, Le Pavois, Ateliers de la terre, Leucan, Feux vert, Cégep de Rivière-du-loup.



Ambitions – secteur loisirs

Accessibilité

- ▶ Faire connaître nos services.

Collaboration

- ▶ Développer des partenariats dans la communauté;
- ▶ Poursuivre l'intégration des proches de la personne à nos processus de travail et de prestation de services;
- ▶ Poursuivre et optimiser la collaboration avec nos partenaires actuels.

Perfectionnement

- ▶ Contribuer au développement d'une offre de groupe en remotivation pour les personnes ayant de la difficulté à mettre en place les changements désirés dans l'adoption de saines habitudes de vie.

Partage d'expertise

- ▶ Poursuivre la supervision de stagiaires en loisirs.

Bibliographie

Djéa Saravane et coll. (2016). Soins somatiques et psychiatrie. Psycom : <http://www.psycom.org>

Fleury, Marie-Josée, et coll. (2012). État de situation sur la santé mentale au Québec et réponse du système de santé et de services sociaux, 232 p. Commissaire à la santé et au bien-être Québec.

Mental illness fellowship of Australia (2011). Litterature Review: The Physical Health of People Living with a Mental Illness, 20 p.

Helen Johansen, Claudia Sanmartin et l'équipe de recherche de l'Initiative sur les données longitudinales administratives et sur la santé (2011). La comorbidité mentale et la mesure dans laquelle elle entraîne une augmentation du recours aux services dispensés dans les hôpitaux de soins de courte durée. Document de travail. Statistique Canada.

Kurdyack Paul (2015). Time to integrate physical and mental health services in Canada: Our health system often divides mental health from physical health into distinct silos of care and treatment, yet no such mind-body duality exists in actual patients. Policy Options.

Bélanger, Sophie et coll. (2015). Plan d'action en santé mentale 2015-2020 – Faire ensemble et autrement (PASM 2015-2020). Ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec.

Walsh, Roger (2011). Lifestyle and mental health. American Journal of Psychology. Octobre; 66 (7): 579-92.

Prud'homme, Denis et coll. (2015). Orientations stratégiques 2015-2020. Faire de la recherche avec vous pour vous. Savoir Montfort.

**Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de la Capitale-Nationale**

Québec

