Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de Lanaudière
Québec

LE RÉSEAU D'ÉCLAIREURS EN SANTÉ PSYCHOLOGIQUE

L'infolettre | Édition septembre 2023

RÉSEAU-INFO !

MERCI pour votre participation au sondage « L'équipe-relais à l'écoute »!

Nous ferons bon usage de vos commentaires.

Les personnes qui ont manifesté l'intérêt d'obtenir un suivi seront contactées sous peu, si ce n'est pas déjà fait.

L'équipe-relais vous entend !

Les principaux résultats du sondage

La quasi totalité des répondant.e.s ont exprimé être **très satifsait.e.s ou satisfait.e.s de la formation PSP et de l'Infolettre**. L'équipe-relais est donc encouragée à continuer dans la même direction !

Au sujet de la **formule des formations** : **les avis sont partagés**, avec une **légère préférence pour des rencontres en présence**. Nous viserons à offrir une flexibilité entre les deux formules.

Vous avez majoritairement apprécié **l'animation**, **les exemples concrets** et **les interactions** dans le groupe. Plusieurs d'entre vous ont aussi exprimé le souhait de rafraîchir leur formation avec une emphase sur l'acquisition de compétences pratiques. L'offre d'un **espace de pratique** aux éclaireurs formés fait partie des **priorités** de l'équipe-relais pour l'année 2023-2024.

Près du quart des répondants nous a mentionné le souhait de **mieux connaître** les organismes communautaires lanaudois.

Nous avons pris votre demande au sérieux : **consultez l'annonce dans la section *Boîte à outils* plus bas.**

La moitié d'entre vous a eu l'occasion d'utiliser ses apprentissages d'éclaireurs et, en très grande majorité, ce sont vos ressources personnelles qui ont été mises à profit. Comme quoi **il y a des ressources en chacun de nous pour contribuer à la résilience du tissu social lanaudois!**

En moyenne, les 46 répondants ont pris 4:29 minutes pour répondre au sondage. **Il n'est pas trop tard pour participer :**

Répondre au sondage

SAVIEZ-VOUS QUE ?

Pour les proches d'une personne atteinte d'un trouble cognitif dégénératif, un deuil blanc précède souvent le deuil au décès?

Lorsque la personnalité d'une personne atteinte d'un trouble cognitif dégénératif change à un tel point qu'on ne la reconnaît plus et que ce qu'on partageait avec elle se perd peu à peu, il est possible de vivre toutes les étapes et toute la gamme des émotions associées au deuil du décès.

Il est possible d'être endeuillé de la perte :

- **de rêves et de projets communs;**
- **d'une relation de confiance ou de réciprocité;**
- **d'une ressource pour le partage des tâches ou des responsabilités quotidiennes**
- **d'intimité affective, phyisque ou sexuelle.**

Le deuil blanc comporte une complexité particulière puisque la personne est encore physiquement présente, pouvant créer une ambivalence émotive du type : **« Comment je peux me sentir en deuil alors qu'elle est vivante ?! »**.

Peut-être connaissez-vous quelqu'un qui souffre d'un deuil blanc sans comprendre ce qui lui arrive?

Pour en savoir plus

BOÎTE À OUTILS

Rencontres informatives communautaires

Les rencontres informatives communautaires permettent à différents organismes communautaires de la région de présenter leur offre de services. Vous êtes chaleureusement invité.e.s à participer à ces rencontres qui, jusqu'à maintenant, étaient réservées aux intervenant.e.s!

Formule **en ligne**, **gratuite** et **sans inscription.**

Pour participer à une rencontre : cliquez sur le bouton de l'organisme

Le 17 octobre 2023, de 11 h à 12 h :

Proches aidants de Lanaudière

Regroupement d'intervenants et d'organismes œuvrant pour et avec les proches aidants.

Le 2 novembre 2023, de 11 h à 12 h :

MITAS

Intervention auprès de victimes d'agression sexuelle d'âge mineur.

Le 7 novembre 2023, de 11 h à 12 h :

Bénévoles Conseil Lanaudière

Grande offre de services bénévoles spécifiques auprès des organismes de la région.

Le 14 novembre 2023, de 11 h à 12 h :

Association régionale de loisirs pour personnes handicapées de Lanaudière (ARLPHL)

Au service des personnes handicapées pour favoriser l'inclusion dans les activités de loisirs.

Le 23 novembre 2023, de 11 h à 12 h :

Association Sclérose en plaques de Lanaudière

Impliquée auprès des personnes vivant avec la sclérose en plaques et leur entourage.

Le 30 novembre 2023, de 11 h à 12 h :

Parrainage civique Lanaudière

A pour mission le jumelage de bénévoles avec des personnes vivant avec une ou des incapacités.

Vous souhaitez en savoir plus avant de vous joindre à une rencontre? Un rappel incluant tous les détails de la rencontre vous sera envoyé par courriel avant chaque événement !

Q : Qu'est-ce qu'une **personne proche aidante**?

R : Autrefois appelée aidant.e naturel.le, le terme personne proche aidante désigne toute personne qui **apporte un soutien à** un ou à plusieurs membres de **son entourage** qui présentent une **incapacité temporaire ou permanente** de nature physique,

psychologique, psychosociale ou autre, peu importe leur âge ou leur milieu de vie, **avec qui elle partage un lien affectif**, familial ou non.

Définition tirée de la Politique nationale pour les personnes proches aidantes.

Vous voulez en savoir plus? Vous êtes une personne proche aidante?

Joignez-vous à nous pour la *Journée régionale des proches aidants de Lanaudière*. L'équipe-relais sera sur place!

- **Quand** : Le 19 octobre prochain, accueil dès 8 h 30.
- **Où :** Centre André-Hénault — 249, chemin du Golf est, Saint-Charles-Borromée.
- **Inscription** : Téléponez au 450 756-2005 pour vous inscrire (coût de 10 $).

Il s'agit d'une activité offerte à toute personne intéressée par la proche aidance, parce que, les statistiques le disent : **la majorité d'entre nous vivrons l'expérience de la proche aidance un jour ou l'autre!**

La journée inclut un **atelier,** une **confé-show humoristique** pour recharger nos batteries de rires, un **salon des ressources**, un **dîner** qui sera servi à midi, ainsi qu'une formule condensée en **cocktail dînatoire de 17 h à 20 h** pour les personnes qui ne seraient disponibles qu'en soirée.

Vous avez repéré de la détresse chez une personne proche aidante?

Cliquez sur le bouton ci-dessous pour accéder au *Répertoire de ressources pour les personnes proches aidantes* :

Accéder au Répertoire

Passez le mot!

Plus les éclaireurs formés en premiers soins psychologiques (PSP) seront nombreux, plus le tissu social Lanaudois sera fort et résilient.

Formulaire d'inscription

Courriel

reseau.eclaireurs.cissslan@ssss.gouv.qc.ca

Téléphone

Isabelle Lamothe : 579 593-8978

S'il s'agit d'une URGENCE : composez le 911 ou le 811, option 2.

ENVOYER À UN AMI SITE WEB