

Santé mentale : « On vit dans l'incertitude générale »

Article paru dans l'actualité du « *Courrier Frontenac* » le 6 janvier 2017. – Hélène Ruel



Espérant que 2017 soit meilleure que 2016, Réjean Simoneau, président du Regroupement des ressources résidentielles adultes du Québec (**RESSAQ**), souhaite que se resserre le « partenariat » avec les autorités du réseau de la santé et des services sociaux.

Ce projet de fermer des places d'ici 2020 dans la foulée du Plan d'action 2015-2020 déposé par le ministre Barrette crée de l'insécurité et de l'inquiétude dans ces résidences abritant une clientèle en santé mentale, soutient M. Simoneau. « On vit dans l'incertitude générale. Et cela provoque aussi un désabusement », les perspectives étant plutôt sombres quant à l'avenir de ces ressources, souligne le président du **RESSAQ**.

Le « Plan 15-20 », comme il l'appelle familièrement, vise à réduire le nombre de places et à répartir tout autrement sur le territoire les ressources non institutionnelles (RNI) en ne tenant compte que de cibles mathématiques, résume M. Simoneau. « Ma crainte, c'est qu'en fermant des places, forcément, des ressources disparaîtront et des clients devront être déménagés. Certains habitent sous le même toit depuis vingt ans. Le Plan ne respecte pas les clients; ce ne sont pas des numéros ! Je pense que le système devient malade », souligne le président du **RESSAQ**.

Des ressources non institutionnelles (RNI), il s'en ferme déjà, par la force des choses, note M. Simoneau, la moyenne d'âge des propriétaires tournant autour de 58 ans. Il ajoute que la bureaucratie devient de plus en plus lourde pour les propriétaires alors que la valorisation de leurs services décline.

« Il n'y a aucune justification d'ouvrir de nouvelles places alors qu'on dispose déjà de ressources. »

-Réjean Simoneau

« Parfois, on se demande si le gouvernement veut toujours des RNI ? » Résident à East-Broughton, président du **RESSAQ** depuis un an et demi, M. Simoneau prend la peine de spécifier qu'il ne « veut pas crier pour crier et qu'il adopte volontairement un ton non agressif pour montrer son ouverture à la discussion.



ACTUALITÉS

Santé mentale : «On vit dans l'incertitude générale»

HÉLÈNE RUEL
HELMES/AGENCE

SERVICES. Espérant que 2017 soit meilleure que 2016, Réjean Simoneau, président du Regroupement des ressources résidentielles adultes du Québec (RESSAQ), souhaite que se resserre le « partenariat » avec les autorités du réseau de la santé et des services sociaux.

Ce projet de fermer des places d'ici 2020 dans la foulée du Plan d'action 2015-2020 déposé par le ministre Barrette crée de l'insécurité et de l'inquiétude dans ces résidences abritant une clientèle en santé mentale, soutient M. Simoneau. « On vit dans l'incertitude générale.

Et cela provoque aussi un désabusement, les perspectives étant plutôt sombres quant à l'avenir de ces ressources, souligne le président du RESSAQ.

« Il n'y a aucune justification d'ouvrir de nouvelles places alors qu'on dispose déjà de ressources. »
- Réjean Simoneau

Le Plan 15-20, comme il l'appelle familièrement, vise à réduire le nombre de places et à répartir tout autrement sur le territoire les ressources non institutionnelles (RNI) en ne tenant compte que de cibles mathématiques, résume M. Simoneau. « Ma crainte, c'est qu'en fermant des places, forcément, des ressources disparaîtront et des clients devront être déménagés. Certains habitent sous le même toit depuis vingt ans. Le Plan ne respecte pas les clients; ce ne sont pas des numéros! Je pense que le système devient malade », souligne le président du RESSAQ.

Des ressources non institutionnelles (RNI), il s'en ferme déjà, par la force des choses, note M. Simoneau, la moyenne d'âge des propriétaires tournant autour de 58 ans. Il ajoute que la bureaucratie devient de plus en plus lourde pour les propriétaires alors que la valorisation de leurs services décline.

« Parfois, on se demande si le gouvernement veut toujours des RNI ? » Résident à East-Broughton, président du RESSAQ depuis un an et demi, M. Simoneau prend la peine de spécifier qu'il ne « veut pas crier pour crier et qu'il adopte volontairement un ton non agressif pour montrer son ouverture à la discussion.

« Nous sommes la seule association à avoir rencontré le ministre Charlebois », à dire encore que les gens des RNI sont des gens de cœur qui, à leur table, servent encore de « vraies patates » aux gens qu'ils hébergent et auprès de qui ils sont présents 24 heures sur 24.

Réjean Simoneau espère qu'il y aura le moins de fermetures possible et que le ministre recule avec son projet de créer 446 nouvelles places en santé mentale au Québec.

« Il n'y a aucune justification d'ouvrir de nouvelles places alors qu'on dispose déjà de ressources. Ce dont on a besoin, c'est d'assurer la stabilité de celles qui existent. Le budget qu'il a annoncé pourrait servir à cela. » Désaffilié du syndicat auquel il appartenait, le RESSAQ regroupe 1120 ressources logeant 9000 résidents au Québec.

TÉLÉCHARGEZ L'APPLI GRATUITE

tc MEDIA | NOUVELES

Download on the App Store | Get it on Google Play

« Nous sommes la seule association à avoir rencontré le ministre Charlebois. » Il dit encore que les gens des RNI sont des gens de cœur qui, à leur table, servent encore de « vraies patates » aux gens qu'ils hébergent et auprès de qui ils sont présents 24 heures sur 24.

Réjean Simoneau espère qu'il y aura le moins de fermetures possible et que le ministre recule avec son projet de créer 446 nouvelles places en santé mentale au Québec.

« Il n'y a aucune justification d'ouvrir de nouvelles places alors qu'on dispose déjà de ressources. Ce dont on a besoin, c'est d'assurer la stabilité de celles qui existent. Le budget qu'il a annoncé pourrait servir à cela. » Désaffilié du syndicat auquel il appartenait, le **RESSAQ** regroupe 1120 ressources logeant 9000 résidents au Québec.

Application de la clause-remorque

Majoration de la rétribution

Comme vous le savez déjà, à compter du 1^{er} avril 2016, en vertu des ententes collectives et de l'entente nationale renouvelées, une indexation de 1.5 % s'est appliquée à l'échelle de rétribution liée aux services de soutien ou à l'assistance ainsi qu'aux modalités de calcul de cette rétribution. Voici en bref, les modifications vous concernant :

Échelle de rétribution liée au soutien ou à l'assistance :

Services de soutien ou d'assistance communs prévus à l'Instrument de détermination et de classification des services de soutien et d'assistance.

TAUX QUOTIDIEN PAR USAGER SELON LE NIVEAU DE SERVICES	PÉRIODE DE RÉFÉRENCE	
	À COMPTER DU 2016-04-01	À COMPTER DU 2015-03-31
<i>Ressources non représentées et celles représentées par la FFARIQ, la FSSS-CSN, le RARA, le RESSAQ et le SCFP-FTQ</i>		
Niveau de services 1	35,39 \$	34,88 \$
Niveau de services 2	44,24 \$	43,60 \$
Niveau de services 3	53,09 \$	52,31 \$
Niveau de services 4	61,94 \$	61,03 \$
Niveau de services 5	70,78 \$	69,74 \$
Niveau de services 6	79,63 \$	78,47 \$
<i>Ressources représentées par l'ADRAQ-CSD et l'ADREQ-CSD</i>		
Niveau de services 1		34,88 \$
Niveau de services 2		43,60 \$
Niveau de services 3		52,31 \$
Niveau de services 4		61,03 \$
Niveau de services 5		69,74 \$
Niveau de services 6		78,47 \$

Taux quotidien pour les 60 premiers jours suivant l'arrivée d'un nouvel usager :

TAUX QUOTIDIEN PAR USAGER POUR LES 60 PREMIERS JOURS	PÉRIODE DE RÉFÉRENCE	
	À COMPTER DU 2016-04-01	À COMPTER DU 2015-03-31
<i>Ressources non représentées et celles représentées par la FFARIQ, la FSSS-CSN, le RARA, le RESSAQ et le SCFP-FTQ</i>	48,59 \$	47,88 \$
<i>Ressources représentées par l'ADRAQ-CSD et l'ADREQ-CSD</i>		47,88 \$

Dépenses de fonctionnement raisonnables:

Allocation quotidienne pour les dépenses de fonctionnement raisonnables occasionnées dans le cadre de sa prestation de service.

ANNÉE DE RÉFÉRENCE	ANNÉE DE RÉFÉRENCE	
	AU 1 ^{ER} JANVIER 2017	AU 1 ^{ER} JANVIER 2016
Allocation quotidienne par usager	26,39 \$	26,03 \$

Prime mensuelle de disponibilité:

Prime mensuelle versée à la ressource disponible pour des placements sans préavis.

TAUX MENSUEL PAR RESSOURCE POUR L'ENSEMBLE DES PLACES RÉSERVÉES	PÉRIODE DE RÉFÉRENCE	
	À COMPTER DU 2016-04-01	DU 2015-03-31 AU 2016-03-31
<i>Ressources non représentées et celles représentées par la FFARIQ, la FSSS-CSN, le RARA, le RESSAQ et le SCFP-FTQ</i>		
Prime mensuelle de disponibilité	221,38 \$	218,11 \$

Taux quotidien associé aux coûts d'opération:

Taux quotidien associé aux coûts d'opération, à l'inclusion de ceux reliés à l'immeuble, pour une ressource opérant dans son lieu principal de résidence (neuf usagers et moins)

TAUX QUOTIDIEN PAR PLACE RECONNUE	ANNÉE DE RÉFÉRENCE	
	AU 1 ^{ER} JANVIER 2017	AU 1 ^{ER} JANVIER 2016
Résidence (9 usagers et moins)	26,39 \$	26,03 \$

*** Nous vous invitons à prendre connaissance de [l'Annexe 1 de la circulaire 2016-033](#) publiée sur www.ressaq.com pour de plus amples informations. ***



Souffrez-vous d'un trouble d'adaptation ?

Nous devons constamment nous adapter aux changements plus ou moins fréquents qui surviennent dans notre environnement ainsi qu'à des situations qui nous étaient auparavant inconnues.

Avez-vous peut-être remarqué que certaines personnes s'adaptent plus facilement que d'autres à des situations similaires ? En effet, la capacité d'adaptation varie, en fonction de notre sensibilité au stress, nos expériences passées, nos valeurs, notre appréciation des situations et du nombre d'événements stressants qui surviennent simultanément dans notre vie.

Des conditions stressantes

La société nous impose plus que jamais un rythme de vie effréné. Le rythme s'accélère encore davantage avec les exigences de compétitivité et de performance de nos organisations et la vitesse toujours croissante des communications.

D'ailleurs, le stress professionnel est l'une des causes les plus souvent mentionnées dans l'explication du trouble d'adaptation. Parfois, des événements semblant plutôt anodins ont des effets néfastes qui, en s'accumulant les uns sur les autres, nécessitent une adaptation quotidienne et constante qui peut devenir insupportable pour un individu. Le trouble d'adaptation survient lorsque nos stratégies d'adaptation à ces situations stressantes sont insuffisantes ou inefficaces. Les symptômes apparaissent habituellement dans le mois suivant un événement de vie difficile et se caractérisent soit par de la souffrance, soit par une perturbation importante du fonctionnement social ou professionnel.

Un trouble aux formes variées

Le trouble de l'adaptation peut prendre différentes formes selon les individus. On distingue six formes, classées en catégories, présentant des symptômes spécifiques (voir le tableau à la page suivante).

Cinq critères pour établir un diagnostic

Le trouble d'adaptation est répertorié dans le cinquième Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux,

mieux connu sous le sigle DSM-5. Le diagnostic de trouble d'adaptation est établi lorsque les symptômes en cause ne sont pas attribuables à un autre trouble, comme la dépression, le trouble anxieux, l'état de stress aigu ou l'état de stress post-traumatique. Avant de conclure à un trouble d'adaptation, les spécialistes de la santé doivent s'assurer de la présence des cinq critères de diagnostic proposés par le DSM-5. Ces critères sont les suivants :

1. Apparition et évolution de symptômes émotionnels et comportementaux en réaction à un ou des événements stressants identifiables, à l'intérieur des trois mois suivant l'événement.
2. Ces symptômes ou comportements sont considérables, c'est-à-dire qu'ils génèrent soit une souffrance marquée, soit une altération importante du fonctionnement social ou professionnel de l'individu.
3. Les perturbations engendrées par les événements stressants ne répondent pas aux critères de diagnostic d'un autre trouble.
4. Les symptômes ne sont pas l'expression d'un deuil.
5. Une fois le facteur de stress disparu, les symptômes ne persistent pas au-delà de six mois.

Traitement et prévention

Le traitement du trouble d'adaptation ne nécessite habituellement aucune médication. Cependant, s'il est accompagné d'une humeur dépressive,

les antidépresseurs peuvent alors être utilisés de façon temporaire afin d'aider l'individu à mieux gérer son stress et à améliorer ses stratégies d'adaptation. De même, si le trouble engendre une très forte anxiété, il pourrait alors s'agir d'un trouble anxieux, il pourrait alors s'agir d'un trouble anxieux nécessitant un traitement médicamenteux.

Généralement, une psychothérapie courte donne de bons résultats. Le thérapeute prodiguera des conseils psychologiques afin d'accompagner l'individu à retrouver un fonctionnement normal, à restaurer ou à retrouver un nouvel équilibre. En complément à la psychothérapie, des méthodes alternatives comme la relaxation, la médiation, la visualisation ou le contrôle de la respiration peuvent également s'avérer efficaces. Une fois la thérapie complétée et les symptômes résorbés, il est souvent souhaitable de recourir à un programme de prévention des rechutes.

Enfin, si vous croyez souffrir d'un trouble d'adaptation, ou si vous vivez une situation à haut niveau de stress et que vous vous sentez dépassé par les événements, vous feriez mieux de consulter un professionnel de la santé.

Votre programme d'aide aux employés vous offre la possibilité de le faire en toute confidentialité, et ce, en tout temps. N'hésitez pas à appeler. Parce que votre santé mentale est tout aussi importante que votre santé physique.

Obtenez rapidement de l'aide en composant le numéro sans frais

1-888-687-9197

Ou en vous rendant sur le site Internet suivant

VOTRECONSEILLERVIRTUEL.CA