

PRINTEMPS 2019

À travers mon objectif

par VDM

Je veux d'abord commencer par une histoire dont je me souviendrai à jamais. Cela s'est passé quand j'étais enfant :

Table de matières

- 3 Une artiste de la communauté et des patients hospitalisés créent une murale au Royal
- 4 Ceux qui dorment sous une courtépointe dorment enveloppés d'amour
- 5 Juste pour moi
- 6 Je ne suis pas digne
- 7 Transformer les soins
- 8 Programme WRAP

Je suis tombé sur un jouet, ou ce que je croyais être un jouet, mais c'était une fusée. Une fusée inhabituelle. Elle était équipée d'une caméra à pellicule de format 110. Je suis sûr que vous vous souvenez tous des appareils de photo à pellicule? Je remplissais la fusée d'eau, j'actionnais la pompe et je la lançais. Elle s'envolait assez haut dans le ciel et lorsqu'elle atteignait sa hauteur maximale, le parachute s'ouvrait. Le choc déclenchait l'appareil photo et prenait une photo aérienne..

À force de lancer la fusée, elle a fini par se casser, mais elle a suscité chez moi un intérêt pour la photographie.

Quelques années ont passé avant que je mette la main sur un appareil photo à 35 mm à l'adolescence. Je n'avais jamais pensé au pouvoir de la photographie et à ce qui pouvait être

capturé grâce à un appareil photo.

Il a fallu plusieurs années pour que je découvre ce que j'aimais photographier, et nous étions déjà arrivés à l'ère du numérique. J'avais un appareil photo de 1,3 mégapixels et je me suis entraîné jusqu'à ce que je sois à l'aise. Je photographiais la flore et ce que je trouvais intéressant dans mes aventures quotidiennes.

Ce n'est qu'il y a trois ans que j'ai commencé à prendre la photographie au sérieux grâce au programme « La photographie comme outils de mieux-être » du Royal. J'ai pu me perfectionner, participer à des séances photos et réaliser des projets originaux. Depuis, j'apporte mon appareil partout avec moi parce qu'il fait désormais partie de moi.

suite à la page 2...



photos par VDM

...À travers mon objectif suite

Je fais maintenant partie d'un collectif d'entrepreneuriat social qui vient d'être formé et que je contribue à gérer : ARTinFOCUS. Ce fut une expérience merveilleuse pour moi, car j'y ai appris tous les aspects de l'entreprise sociale. Je maîtrise mieux le sujet maintenant, et j'espère que le collectif va poursuivre ses activités. Je travaille aussi pour certains services du Royal et j'ai mis sur pied un catalogue de photos avec ARTinFOCUS. Je suis la preuve qu'il n'est jamais trop tard pour se concentrer sur sa passion et réussir dans le domaine de son choix. Beaucoup peuvent faire comme moi, il suffit de faire le premier pas. Cela m'a apporté la santé et énormément de bonheur.

J'aimerais remercier Lori McGuire et Dania Pourr pour tout leur travail au sein du collectif. Je souhaite aussi remercier tous ceux qui ont rendu ce projet possible. Vous trouverez d'autres de mes

photographies dans l'exposition présentée au jardin d'hiver ou sur une table de vente. Surveillez aussi la prochaine sortie de ma collection « VDM Bloom », qui propose de

jolies photographies à vendre. Ceux qui ont acheté mes photographies en ont été très satisfaits.

Avec confiance, VDM 2019



Une artiste de la communauté et des patients hospitalisés créent une murale au Royal



Ashley McGuinty
et CJ Fleury

Ce qui était autrefois un petit mur blanc au bout d'un long couloir est maintenant un tableau inondé de couleurs, au centre duquel trône un immense cœur qui semble battre d'amour et de reconnaissance. Cette peinture murale est le résultat d'une collaboration entre le programme de récréothérapie du Royal et C.J. Fleury, une artiste de la région, et elle illumine désormais le couloir de l'Unité d'hospitalisation pour les troubles de l'humeur et les services d'urgence du Royal.

« Il y a un certain effet quand vous remarquez l'œuvre depuis le bureau principal, puis on se sent attiré par le cœur; on ressent le besoin de s'en rapprocher », décrit Mme Fleury. « Les gens ont exprimé à maintes reprises qu'ils se sentaient attirés vers le centre du cœur, puis ils découvrent d'autres éléments de la composition – la taille démesurée de l'énorme cœur et le vaste ciel qui font contraste avec l'échelle humaine, les mots tendres, les nuages aux contours cotonneux, le vert profond de la forêt d'été. »

Certains patients ont participé à la peinture de la murale, ce qui leur a permis d'acquérir de nouvelles compétences et de contribuer de manière durable à l'embellissement de leur environnement avec leurs coups de pinceau. Beaucoup d'autres ont simplement regardé la nouvelle murale se développer à partir d'un contour légèrement

esquissé, jusqu'à ce qu'elle se transforme en un cœur vibrant, émergeant du paysage naturel en toile de fond. Le mot « amour », a été écrit dans plusieurs langues et dispersé dans le tableau, se fondant dans le paysage comme s'il faisait partie de la nature elle-même.

« Que les gens aient participé ou observé, c'était thérapeutique. L'observation du processus a été fascinante et apaisante, et a fourni une bonne occasion d'établir des liens sociaux. Il est souvent beaucoup plus facile de se parler en partageant une expérience qu'en face à face », explique Ashleigh McGuinty, la récréothérapeute qui a coordonné le projet.

La création de la murale s'est déroulée sur cinq matins. De nombreux patients venaient et repartaient, ou restaient assister au processus et discutaient avec d'autres observateurs. Certains, comme Dianne, se sont installés sur une chaise et ont observé pratiquement tout le temps.

« Chaque matin, je me réveillais en espérant que c'était un jour où nous travaillerons sur la murale », dit Dianne. « J'étais étonnée de les voir commencer quelque chose. Je regardais ce qu'ils faisaient, et je me demandais comment ça deviendrait des arbres ou un ciel. Mais, à la fin, tous ces éléments se sont si bien réunis. »

Ceux qui dorment sous une courtepointe dorment enveloppés d'amour

Historique de Blankets of Love

Sheila Ethier, une infirmière autorisée, a fondé le programme en 1996 pour les patients de l'hôpital de l'Université de l'Alberta qui sont atteints d'une maladie mentale, à Edmonton, en Alberta.

En 2004, la fondation Blankets of Love Foundation for Mental Health a été incorporée et

a commencé à offrir des courtepointes aux hôpitaux de tout le Canada. Depuis sa création, plus de 3 500 courtepointes ont été données à des patients qui ont besoin de réconfort et d'espoir.

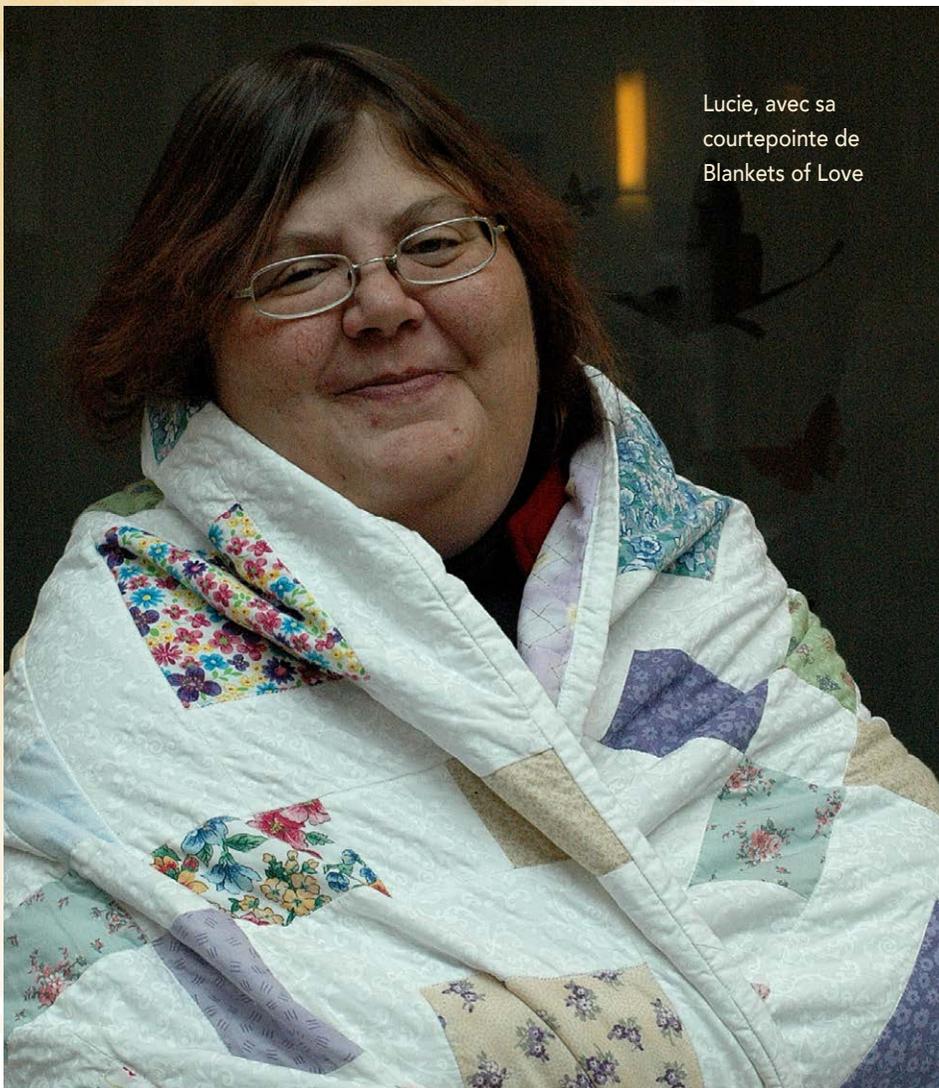
« J'ai créé le projet Blankets of Love pendant l'été 1996. J'ai été plusieurs fois patiente au service psychiatrique de l'hôpital

de l'Université de l'Alberta pour traiter une dépression majeure. Je me souviens combien je me sentais seule et isolée du reste du monde. J'avais toujours froid, et je cherchais des couvertures.

Un après-midi, alors que j'étais à la maison, je suis tombée sur une courtepointe que ma grand-mère avait faite pour moi quand j'étais petite. J'ai regardé ma courtepointe usée couleur jaune vif et orange, et je me suis souvenu du jour où ma grand-mère me l'avait offerte. En revivant ses souvenirs de ma grand-mère et de l'amour dont elle m'avait témoigné en faisant cette courtepointe rien que pour moi, je me suis immédiatement sentie envahie par une sensation de paix. Je me suis couverte de cette courtepointe faite avec amour et j'ai laissé la chaleur apaiser mon corps froid et endolori. Dans ces moments de calme et de réconfort, je savais que cette « couverture d'amour » pourrait aider d'autres personnes. C'est ainsi que le programme a commencé », raconte Sheila Ethier.

Énoncé de mission de Blankets of Love

Blankets of Love Foundation for Mental Health est un organisme



Lucie, avec sa courtepointe de Blankets of Love

...Sous une courtepointe suite

de bienfaisance national qui fournit des courtepointes aux patients hospitalisés pour le traitement d'une maladie mentale.

L'objectif est d'aider des patients qui traversent une période difficile. Les courtepointes sont fabriquées à la main par des membres de la collectivité, puis généreusement données à des hôpitaux qui offrent des services de santé mentale partout au Canada.

Pour faire don d'une courtepointe dans un hôpital près de chez vous, écrivez à : info@blanketsoflove.ca

Notre Lucie est l'heureuse récipiendaire d'une courtepointe de la fondation Blankets of Love. C'était un tel plaisir de voir Lucie avec ce grand sourire et sa nouvelle courtepointe. Merci à tous ceux qui ont contribué à ce magnifique cadeau.



Juste pour moi est une initiative du Programme de santé mentale pour les femmes du Centre de santé mentale Royal Ottawa (le Royal) qui offre aux femmes, y compris les clientes du Royal, des vêtements professionnels ainsi que des possibilités de perfectionnement personnel.

La série d'ateliers Juste pour moi aide les femmes à acquérir de la confiance en leurs capacités et à favoriser leur transition vers

le marché du travail ou le secteur bénévole. Les vêtements sont disponibles à la boutique Suits Me/Juste pour moi du Royal et lors d'ateliers organisés tout au long de l'année qui portent notamment sur la méditation, comment s'habiller pour les fêtes, les tableaux de visualisation, le désendettement, l'art corporel, ainsi que la couture ou la réparation de vêtements. Les fonds recueillis permettent aux femmes d'obtenir des bourses d'études pour mettre à jour leurs connaissances ou acquérir de nouvelles compétences. Chaque atelier est suivi d'une visite à la boutique de vêtements pour que les clientes y trouvent quelque chose qui est juste pour elles.

Pour obtenir plus d'information ou faire don de vêtements pour femmes à Juste pour moi, communiquez avec Debbie McFarlane : debbie.mcfarlane@theroyal.ca.



message de la rédactrice en chef

J'aimerais me présenter à vous. Je m'appelle Alexis Milne et je suis une cliente du Royal. J'ai aussi le plus grand plaisir d'être bénévole, et j'avais hâte de devenir votre nouvelle rédactrice en chef. Je tiens à remercier Glenda pour son expertise et pour m'avoir passé le flambeau. C'est un véritable honneur pour moi de présenter vos œuvres d'art, vos photographies, vos poésies et vos histoires d'espoir. Je m'efforcerais de poursuivre le travail remarquable de Glenda et j'ai hâte de donner un nouveau look à ce bulletin. Grâce à l'aide de l'équipe des Communications et aux commentaires des clients, nous vous présentons la nouvelle édition de *La Voix des clients*.

Je ne suis pas digne

Je ne suis pas digne, vie
arrête de sauter sur mon lit
ma tête se remplit de béton
mes pieds se sont remplis de plomb
Je suis toujours plus lent
mon esprit me joue des tours
un jour je suis le stand de tir
le suivant, un arbre généalogique
Je ne suis pas digne, vie
arrête de frapper à ma porte
ton mystère m'effraie
je rampe sur le sol
je me sens si invisible
et mes yeux ne voient pas
ce manteau d'obscurité qui se resserre
qui ne me lâche pas
Je ne suis pas digne, vie
arrête de me téléphoner
j'ai besoin d'un peu de liberté
je t'en prie, laisse-moi tranquille
je ne tiens pas bien sur mes pieds
je ne sais pas qui sont les bons
je sais juste que certains m'aiment
et que d'autres pensent qu'ils le
devraient
Je ne suis pas digne, vie
arrête de sauter sur mon lit
ma tête est remplie de béton
mon cœur est rempli d'angoisse

09-21-2018 AGM

photo par
Alexis Milne

Ce que Transformer les soins au Royal signifie pour nous

À partir du 11 juin 2019, le nouveau système de dossiers médicaux électroniques (DME) apportera de nouveaux changements intéressants au Royal. J'ai eu l'occasion de faire partie de l'équipe qui dirige ce changement et de contribuer le point de vue des clients à cette initiative.

J'aimerais vous faire part des raisons pour lesquelles nous mettons en œuvre ce nouveau système et vous expliquer comment il permettra aux clients du Royal de recevoir de meilleurs soins. Ce nouveau DME permettra entre autres d'améliorer la sécurité, la précision et la normalisation des soins que nous recevons, afin d'assurer qu'ils demeurent d'excellente qualité. De plus, il appuiera l'utilisation de pratiques fondées sur des données probantes. Cela signifie que votre traitement sera le même, quel que soit l'hôpital de santé mentale en Ontario où vous recevez des soins – c'est ce qu'on appelle des « soins normalisés ». Vos médicaments seront également indiqués dans le DME, ce qui permettra à tous les fournisseurs de soins de voir votre liste de médicaments et d'être au courant des interactions possibles.

Au moment de mettre en place ce système, nous vous demandons de ne pas oublier que le changement s'accompagne d'ajustements pour

le personnel, les clients et les familles. Pendant un certain temps, vous remarquerez peut-être que votre fournisseur de soins portera plus d'attention à son ordinateur qu'auparavant, parce qu'il devra saisir ses notes directement dans le système et se référer à votre plan de soins. Toutefois, le nouveau système vous sera bénéfique avec le temps, car ces notes seront enregistrées pour vos futurs fournisseurs de soins, ce qui signifie que vous n'aurez pas à répéter votre histoire aussi souvent qu'auparavant.

Vos dossiers continueront d'être en sécurité et votre vie privée demeure, comme toujours, une priorité. En tant que clients du Royal, j'espère que nous pourrions tous être patients et compréhensifs pendant que le personnel s'adapte au nouveau système. Soyez assuré que ces changements entraîneront une plus grande sécurité pour vous, ce qui comprend des traitements normalisés et fondés sur des données probantes. Si vous avez des questions au sujet de ces changements, adressez-vous à votre fournisseur de soins.

Afshin Shayanpour

Le Royal

Conseil consultatif des clients

Conseiller, Transformer les soins au Royal



Nous voulons entendre votre voix!

Présentez vos œuvres d'art

Partagez vos poèmes

Racontez une histoire drôle

Montrez vos photos

Partagez votre parcours de mieux-être

Faites-nous part de votre citation préférée

Contactez-nous Nous aimerions connaître votre avis au sujet de La voix des clients. Si vous avez des questions ou commentaires, ou que vous souhaitez devenir membre du Conseil consultatif des clients, n'hésitez pas à nous appeler ou à nous écrire :

Conseil consultatif des clients

Le Royal,
1145, avenue Carling, salle 1349, Ottawa (Ontario) K1Z 7K4
613.722.6521, poste 6767

Courriel :
cac@theroyal.ca



Envoyez vos soumissions à :

Alexis Milne

alexis.milne@theroyal.ca

ESPOIR : Les personnes qui ont des problèmes de santé mentale peuvent se rétablir, rester en santé et atteindre leurs rêves et leurs objectifs de vie.

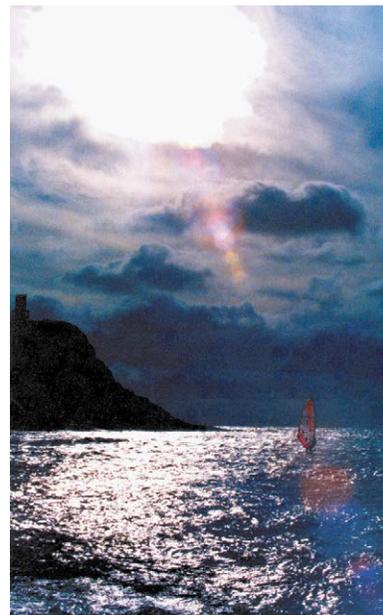
RESPONSABILITÉ PERSONNELLE : C'est à vous, avec l'aide de votre entourage, d'agir et de prendre les mesures nécessaires pour rester en bonne santé.

ÉDUCATION : Apprendre tout ce que vous pouvez sur ce que vous vivez afin de prendre de bonnes décisions sur tous les aspects de votre vie.

DÉFENSE DE VOS INTÉRÊTS : Demander de l'aide de manière efficace pour obtenir ce dont vous avez besoin, ce que vous voulez et ce que vous méritez afin de favoriser votre mieux-être et votre rétablissement.

SOUTIEN : C'est à vous de travailler en vue de favoriser votre mieux-être, mais le fait de recevoir le soutien d'autres personnes et de leur offrir un soutien à votre tour vous aidera à vous sentir mieux et améliorera votre qualité de vie.

Concepts clés de rétablissement du programme **WRAP**



Alexis Milne

Les cinq concepts **CLÉS** du rétablissement constituent la base d'un travail de rétablissement efficace.