

Les prix Archie marquent les progrès des clients vers le rétablissement

Créés en 2014, les prix annuels Archie ont été attribués pour la deuxième fois pour saluer les progrès remarquables de clients de la clinique de consultation externe, rue Queen Ouest (anciennement clinique Archway).

Le 27 mars, sept clients ont été honorés pour leurs accomplissements, notamment en matière d'éducation, de créativité, de soutien aux pairs et de bien-être spirituel.

« Les accomplissements de nos clients sont porteurs d'espoir, dit l'organisatrice, **Kate McGee**. Les prix Archie rassemblent clients, familles, amis et membres du personnel pour célébrer la communauté qu'on a bâtie. »

Un diaporama présentait des photos de l'année et des messages axés sur la guérison. La soirée, animée par le groupe musical Archway, formé de clients et de membres du personnel, s'est conclue par une danse et une réception.

Les lauréats de cette année

Originaire de Thunder Bay, **Marianne** a étudié à l'Université Lakehead avant de faire face à une dépendance à la cocaïne et à des troubles mentaux. Déterminée à s'en sortir, elle vient depuis des années à la clinique. Son travail bénévole, sa personnalité et son énergie positive lui ont valu le prix Road to Recovery. « Cette année, Marianne a fait de gros efforts pour rester en santé et progresser dans de nombreux aspects de sa vie », dit **Matt Tsuda**, ergothérapeute à CAMH.



Nelson, lauréat du prix de la créativité, aux côtés de Seharish Jindani, infirmière autorisée à CAMH



Barry, lauréat du prix de l'éducation, pose en compagnie d'Erica Schott, ergothérapeute à CAMH.

Ceux qui connaissent le Café Out of this World, une entreprise sociale gérée par les clients de CAMH, apprécient sûrement la qualité des produits servis par **Rodney** depuis les 15 dernières années. « Rodney aime son emploi et il en est fier. Il ne manque jamais une journée de travail », affirme Maria Lainas, infirmière auxiliaire autorisée exerçant à la clinique. Le comité a jugé que son dévouement lui avait bien mérité le prix de la reconnaissance professionnelle.

En septembre 2014, **Barry** a commencé à consulter Erica Schott, ergothérapeute à CAMH, pour explorer des avenues d'emploi et de formation. Suite à une séance d'information au Hospitality Workers Training Centre, il a passé une entrevue et a été accepté dans le programme de huit semaines à plein temps d'aide-cuisinier. « L'engagement de Barry envers la formation et l'emploi est une source d'inspiration », déclare Erica. Il a remporté le prix de l'éducation.

« La prière est importante pour **Filomena** et elle a un effet régulateur sur sa vie, explique Kate McGee. Filomena dit souvent que la prière l'aide à faire face aux difficultés de la vie et à cultiver l'espoir chez elle et ses proches ». En recevant son prix du bien-être spirituel, Filomena a tenu à remercier le personnel de la clinique pour son excellent travail.

Suite en p. 3

Faire face à une crise de traitement

Lisa Walter, visualiste et enseignante torontoise, se souvient du « désespoir étouffant » provoqué par les sautes d'humeur associées au trouble de la personnalité limite (TPL). Elle affirme que le traitement dispensé à CAMH l'a aidée à mieux prendre conscience de ses pensées et à gérer sa colère et ses frustrations.

« Pour moi, le traitement a été capital, dit Lisa. Il m'a permis d'apprendre à tolérer mes angoisses et à ne pas attacher une importance démesurée à mes pensées. »

Le TPL est un trouble psychiatrique grave, caractérisé notamment par l'instabilité des émotions et de l'humeur. Plus de 80 % des personnes atteintes s'automutilent et un grand nombre font des tentatives de suicide.

Psychiatre à la clinique de la TPL de CAMH et professeur adjoint à l'Université de Toronto, le **D^r Robert Cardish** signale que le diagnostic de TPL est relativement récent par rapport à celui d'autres troubles mentaux, puisqu'il a été mentionné pour la première fois dans l'édition 1980 du DSM (manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux). « Mais les clients ne sont pas nouveaux – ils ont toujours existé et il s'agit d'une maladie grave. »

« Du fait de l'instabilité liée au TPL, on a l'impression que les clients atteints sont "difficiles" ou qu'ils "pourraient faire davantage d'efforts", ajoute-t-il. L'instabilité émotionnelle étant de bien plus courte durée que la dépression, un client peut fort bien arriver aux urgences

en état de détresse aiguë et jaser sereinement le lendemain. »

Famille, amis et prestataires de soins sont donc portés à la méfiance et à la stigmatisation du TPL. « Ce qui est occulté, c'est l'énorme souffrance des clients. »

Des mesures pour corriger la situation

La thérapie comportementale dialectique (TCD) standard dure une année. Conçue pour aider les patients à se défaire des modes de comportement néfastes, elle comporte des séances de thérapie individuelles, l'enseignement de compétences, des appels aux patients et des consultations entre thérapeutes.

En Ontario, peu de cliniques offrent un traitement spécialisé pour le TPL et les programmes spécialisés ont souvent de longues listes d'attente. La clinique du TPL de CAMH, qui traite une centaine de clients par an, ne peut pas accepter de nouveaux clients pour l'instant, mais elle envisage des moyens de mieux répondre à la demande avec ses ressources limitées.

Pour s'attaquer à la crise du traitement, CAMH a entrepris une étude clinique. « Il s'agit de déterminer si on peut administrer un traitement standard efficace dans un délai plus bref, commente la **D^{re} Shelley McMain**, investigatrice principale et chef de clinique à la clinique du TPL. De grands progrès ont été réalisés au cours des 20 dernières années et de nombreuses études ont montré l'efficacité de traitements

Les faits sur le TPL :

- Il touche de 1 à 2 % de la population.
- Il touche également les deux sexes, mais les femmes sont plus nombreuses à consulter un médecin.
- La thérapie comportementale dialectique réduit efficacement les taux d'automutilation, de tentatives de suicide et d'hospitalisation.

spécialisés du TPL. La conclusion pourrait ne pas être qu'un traitement plus court est tout aussi efficace, ajoutez-elle. Nous pensons plutôt accroître nos connaissances sur la variabilité des réponses au traitement, ce qui pourrait déboucher sur des traitements plus personnalisés pour les clients. »

Outre sa quête d'options de traitement, CAMH fait œuvre de sensibilisation contre les préjugés attachés au TPL – et forme des spécialistes pour augmenter les capacités de traitement.

Son traitement et son engagement à l'égard des personnes touchées par le TPL ont permis à Lisa de passer le cap. Elle a raconté son expérience dans les médias, elle parle du TPL dans des tribunes et elle l'inscrit dans son art. Avec un traitement et un soutien adéquats, « l'avenir est entre vos mains, dit Lisa aux personnes atteintes. Si vous vous accrochez, vous verrez un changement ».



Lisa Walter



La D^{re} Shelley McMain, chef de clinique, clinique du TPL de CAMH

Une étude évalue les avantages et les méfaits possibles des cigarettes électroniques

Une étude systématique sur les cigarettes électroniques est en cours pour explorer leurs effets à long terme sur la santé et leur potentiel d'aide à la désaccoutumance au tabac.

« Les avis sont partagés chez les usagers et les chercheurs », dit le **Dr Robert Schwartz**, investigateur principal et directeur général de l'Unité de recherche sur le tabac de l'Ontario à CAMH. Si les cigarettes électroniques peuvent aider à lutter contre les méfaits du tabagisme ou à s'arrêter de fumer, « on s'inquiète de leurs effets possibles sur la santé ainsi que d'une "renormalisation" du tabagisme chez les jeunes. On ignore les effets à long terme des cigarettes électroniques et il faut user de prudence en matière de politiques de santé publique ».

Les cigarettes électroniques sont apparues il y a quelques années, alors que les cigarettes classiques faisaient l'objet de restrictions croissantes. Leurs formes et dimensions varient, certaines imitant l'aspect des cigarettes ordinaires.



Le Dr Robert Schwartz, investigateur principal et directeur général de l'Unité de recherche sur le tabac de l'Ontario

« Il n'est pas encore prouvé que ces cigarettes puissent changer la donne pour les fumeurs de tabac désireux de s'arrêter, dit le Dr Schwartz. Le recours à une cigarette électronique bien conçue pourrait être efficace pour ceux qui ont essayé plusieurs fois de s'arrêter, avec des stratégies diverses. »

« Dans le même temps, on doit se pencher sur les



méfaits possibles des cigarettes électroniques pour le public », ajoute-t-il. Il y a plusieurs choses importantes à considérer :

- Quels sont les effets à long terme de la vapeur des cigarettes électroniques, qui peuvent contenir du propylène glycol, divers agents aromatisants et de la nicotine ?
- Combien de nicotine les usagers de ces cigarettes inhalent-ils généralement et quels sont les effets à long terme ?
- Ces cigarettes engendrent-elles une accoutumance ?
- Si ces cigarettes étaient banalisées, quels seraient les effets à long terme pour l'ensemble de la population ?

« Il faut éviter de se retrouver dans 20 ans avec une nouvelle génération de jeunes adultes que les cigarettes électroniques ont rendu accros à la nicotine et qui présentent des problèmes de santé. »

Pour répondre à ces questions, et d'autres encore, cette nouvelle étude examine les cigarettes électroniques sous différents angles. Ses conclusions seront transmises au ministère de la Santé, qui les incorporera dans les règlements provinciaux.

« Cela nécessitera beaucoup de doigté, dit le Dr Schwartz. À l'heure actuelle, les règlements proposés font une certaine place aux stratégies d'abandon du tabac tout en faisant preuve de prudence pour éviter des effets néfastes pour la population. »

Les prix Archie, suite de la p.1

« La détermination de **Toshio** à l'égard des courses de marathon est une grande inspiration pour ses pairs, affirme **Leikun Teshome**, chargé de cas à CAMH. Résolument tourné vers le mieux-être, il s'efforce de trouver un équilibre et un sens à sa vie par la course, son travail à temps partiel et son activité de bénévole. » Client de CAMH depuis 2007, Toshio a reçu le prix de soutien aux pairs.

Infirmière auxiliaire autorisée, **Kathy Kong** a présenté le prix des saines

habitudes de vie à un client qui a choisi l'anonymat. « Il ne manque jamais un rendez-vous, il sait rester motivé, et il progresse pas à pas vers le mieux-être, dit Kathy. Ayant fait de tels progrès, il a hâte de se mettre à chercher un emploi. »

« L'expression créatrice et la valorisation de ses pairs sont pour beaucoup dans la capacité de **Nelson** à leur communiquer une énergie positive, dit **Seharish Jindani**, infirmière autorisée à CAMH. Nelson aime la musique, la danse et le club de tenue de

journal positif. Il a participé avec enthousiasme à de nombreux groupes d'Archway : groupes de renforcement des compétences et de thérapie et groupes communautaires. » Il a reçu le prix de la créativité.

Les prix Archie « mettent en avant les piliers de la guérison, dont l'espoir, l'habilitation, les rôles positifs et le mieux-être », déclare Matt Tsuda, co-organisateur de l'événement.

Des jeunes à un tournant de leur vie

Connor est un jeune atteint de trouble du spectre autistique sans déficience intellectuelle (TSA-SDI). Ses aptitudes langagières sont bonnes et son intelligence se situe dans la moyenne. Il vient de terminer ses études secondaires et travaille à temps partiel dans un centre récréatif. Connor est fier de son travail, où il se rend seul avec les transports publics, mais il a souvent du mal à se préparer, notamment pour aller travailler.

Un tournant crucial

Clinicienne-chercheuse à CAMH, la **D^{re} Stephanie Ameis** étudie un traitement prometteur pour les jeunes atteints d'un trouble du spectre de l'autisme.

« Les jeunes atteints d'autisme comme Connor sont à un tournant crucial pour leur indépendance, dit la D^{re} Ameis, pédopsychiatre et clinicienne-chercheuse à CAMH et au Hospital for Sick Children. De fait, des études récentes semblent indiquer que seul un quart de ces jeunes parviendra à une autonomie sociale et financière. »

« Pour ce qui est de l'autonomie, une des principales difficultés vient des troubles de la pensée liés à la "fonction exécutive" du cerveau, ajoute la D^{re} Ameis. Ces jeunes ont du mal à se lever à l'heure et à se préparer, à prioriser les tâches, à planifier, à se concentrer ou à gérer leur temps... » Il n'existe actuellement aucun traitement permettant

d'aider les jeunes atteints d'autisme sur le long terme.

Essai d'une technologie éprouvée

La D^{re} Ameis a entrepris une étude pilote de deux ans pour tester la stimulation cérébrale dans le traitement des jeunes comme Connor.

Approuvée par Santé Canada pour le traitement de la dépression, la stimulation magnétique transcrânienne répétitive (SMT^r) affiche des résultats prometteurs pour la fonction exécutive dans les cas de schizophrénie et de dépression juvénile.

« À la lumière de ces résultats prometteurs pour la schizophrénie, nous évaluerons son potentiel chez les jeunes de 16 à 35 ans atteints de TSA-SDI. » Dans le cadre d'une étude aléatoire, 20 participants recevront un traitement intensif de SMT^r et un groupe témoin de 20 personnes recevra une version inactive (un placebo).

« Dans cette étude sur le traitement des troubles de la pensée, nous essaierons d'en apprendre davantage sur la nature des effets positifs de la SMT^r sur le cerveau, dit la D^{re} Ameis, et ce, tant sur sa structure que sur son fonctionnement. »



La D^{re} Stephanie Ameis, clinicienne-chercheuse à CAMH

troubles mentaux. Ses recherches actuelles portent sur les effets à long terme sur le cerveau des traitements établis et émergents.

« C'est une étape exaltante, puisque nous essayons d'aider les jeunes atteints de TSA-SDI à un moment crucial de leur vie », s'exclame-t-elle.

Nous acceptons des participants!

Si vous ou un membre de votre famille avez entre 16 et 35 ans, êtes atteint d'un trouble du spectre de l'autisme, êtes d'intelligence moyenne et avez du mal à vous organiser, à finir vos tâches, à planifier et à vous concentrer, vous pouvez communiquer avec :

Katharine Coons, assistante de recherche

Katharine.Coons@camh.ca
416-535-8501, poste 30217.

Les membres de l'équipe :

- La **D^{re} Stephanie Ameis** dirige l'étude de recherche, assistée de deux investigateurs chevronnés :
- Le **D^r Jeff Daskalakis**, expert mondial en stimulation cérébrale et directeur du Centre Temerty d'intervention cérébrale thérapeutique à CAMH
- Le **D^r Peter Szatmari**, chef du projet de soins axés sur la collaboration pour jeunes (mis en œuvre par CAMH, l'Université de Toronto et Hospital for Sick Children), chef de file de la recherche sur les TSA.

Des recherches qu'il faudra suivre

L'étude pilote se terminera fin 2016. « C'est une occasion magnifique, dit la D^{re} Ameis. Si cette étude de petite envergure affiche des résultats prometteurs, nous espérons étendre nos recherches. » Il pourrait s'agir d'une étude sur un groupe plus important ou de l'évaluation de la SMT^r en conjonction avec d'autres traitements qui, comme l'entraînement cognitif, pourraient aussi aider à remédier aux troubles de la pensée dans cette population.

Les recherches de la D^{re} Ameis font appel à la neuro-imagerie pour évaluer comment la structure du cerveau pourrait prédisposer les enfants aux

La stimulation magnétique transcrânienne répétitive (SMT^r)

- Cette forme de traitement stimule les neurones du cerveau au moyen d'une série de d'impulsions magnétiques brèves limitées à une petite région du lobe frontal.
- Les séances durent 45 minutes. Les clients sont éveillés et ils peuvent reprendre leurs activités immédiatement après.
- Santé Canada a approuvé l'emploi de la SMT^r, et de nombreuses études ont confirmé son innocuité et son efficacité.

Au-delà de la survie

CAMH participe à une nouvelle initiative visant à aider les jeunes sortant de l'itinérance à Toronto

Cody Escuyos a 21 ans. Il y a trois ans, il a quitté Fort Frances, en Ontario, et est venu à Toronto en quête « de travail, de fun et d'amour ». Mais il s'est retrouvé « dans la rue, dormant dans la station de métro Bloor-Yonge. »

« Ce n'est que quand j'ai atterri dans un refuge que je me suis débarrassé du poids qui pesait sur mes épaules », dit Cody.

Soutien aux jeunes à risque

Chercheur-clinicien à CAMH, le **Dr Sean Kidd** dirige un projet de recherche pilote visant à aider les jeunes sortant de l'itinérance à Toronto.

Ce projet a été conçu par le Toronto Homeless Youth Transitions Collaborative, un groupe d'organismes et de spécialistes dans le domaine de la jeunesse itinérante, qui comprend CAMH, le Centre for Mindfulness Studies, LOFT, Covenant House et le Wellesley Institute.

Le gouvernement de l'Ontario a investi 390 000 \$ dans ce projet.

« Les jeunes les plus vulnérables, qui sont souvent atteints de troubles mentaux et ont besoin d'un soutien constant, sont ceux qui ont le moins de chances d'accéder aux services qu'il leur faut. C'est pourquoi la province soutient ce projet pilote important » a déclaré **Tracy MacCharles**, ministre des Services à l'enfance et à la jeunesse.



(de g. à dr.) **Dr Kwame McKenzie**, **Cody Escuyos**, **Dr Catherine Zahn**, **Charmie Deller** et **Tracy MacCharles**, ministre des Services à l'enfance et à la jeunesse

Le projet aidera les jeunes dont les besoins élémentaires sont satisfaits à connaître une période de stabilité, ce qui représente un des plus grands défis pour les jeunes ayant vécu dans l'itinérance.

Il aidera aussi les jeunes à reprendre des études ou à trouver un emploi, et il leur fournira en outre :

- un soutien social incluant les services d'un agent d'aide à la transition et d'un pair ayant suivi une formation pour les aider à gérer divers problèmes, dont ceux de santé mentale ;
- du counseling de groupe pour les aider à faire face à des traumatismes et aider les familles à se ressouder et résoudre leurs différends ;
- une psychothérapie pour les cas où le counseling serait insuffisant.

« Au sortir de l'itinérance, les jeunes ont besoin d'aide dans de nombreux domaines qu'on tient généralement pour acquis : relations positives avec la famille et possibilités de formation et d'emploi, notamment. Ce projet ne les aidera pas seulement à survivre, mais à s'épanouir », dit le **Dr Kwame McKenzie**, directeur médical à CAMH et pdg du Wellesley Institute.

« Ce projet permettra de continuer à créer une variété de soutiens novateurs pour aider les jeunes à maintenir le gain

immense qu'ils ont obtenu en sortant de l'itinérance », ajoute la **Dr Catherine Zahn**, pdg de CAMH.

Cody Escuyos est d'accord. « Sortir de l'itinérance, c'est plus qu'avoir son appartement dit-il. Il faut commencer par apprendre à vivre, pas juste à survivre. »

« Ça me va »

Voilà 20 ans que la boutique Suits Me Fine (« Ça me va ! ») offre aux clients de CAMH vêtements et articles de toilette. Cette année, la boutique de CAMH présentait son 11^e défilé de mode annuel et l'atmosphère était galvanisante. Plus de 400 personnes étaient venues voir défiler une trentaine de clients courageux célébrant leurs progrès.



Rodney Silva



Leah Katherine Walker



Christopher Lam

Santé mentale - CAMH opte pour le « glocal »

Début mai, CAMH et le département de psychiatrie de l'Université de Toronto ont coprésenté « Going 'Glo-cal': global lessons for local benefit ». La conférence inaugurale a réuni des experts internationaux sur divers aspects de la santé mentale, venus pour cerner la place du Canada dans ce domaine en évolution et traiter du lien entre les actions « globales » et locales. Leur dynamisme et leurs idées ont inspiré la création du premier réseau canadien international sur la santé mentale, visant à mobiliser et centraliser les activités « globales ».

Parmi les conférenciers invités figurait la réalisatrice canadienne **Deepa Mehta**, sélectionnée aux Oscars, qui a parlé de sa cousine atteinte de schizophrénie et de la souffrance liée au silence et à l'opprobre associés à la maladie mentale.

« Elle parle des chercheurs qui lui parlent de cures du cancer. Elle est très préoccupée par l'environnement, dit D. Mehta. Mais elle affirme que ce sont les voix incessantes qui la rendent folle. »

« J'ai demandé (au **D^r Arun Ravindran**, coprésident de la conférence et chercheur principal à CAMH) pourquoi on m'avait invitée. Il m'a dit que si les gens voyaient du monde qui a ça à cœur et que cela avait

un effet sur 10 % d'entre eux, c'était à moitié gagné. »

D. Mehta se souvient de ce que lui a dit sa cousine quand elle lui a demandé si elle pouvait parler d'elle : « J'en ai assez de créer un malaise ». « La famille n'en a jamais parlé et c'est peut-être la tragédie de Chitra et de nombreuses personnes dans son cas. Il faut en parler. »

Porte-parole de la santé mentale et ancienne épouse du premier ministre **Pierre Trudeau**, **Margaret Trudeau** a parlé de son expérience personnelle – et très publique – du trouble bipolaire. Elle a écrit plusieurs livres. Le dernier paru, *The Time of My Life: Choosing a Vibrant, Joyful Future*, parle du vieillissement et de son expérience du trouble bipolaire.

« Il y a tant de gens qui ont une maladie mentale et qui refusent de l'admettre, même si leur capacité intellectuelle n'est pas diminuée – parce qu'ils refusent d'admettre que leur cerveau n'est pas parfait. Si nous sommes tous ici, c'est pour tenter de comprendre ce cerveau splendide et ses effets perturbateurs. »

Ayant atteint l'âge d'or, M^{me} Trudeau est une femme dynamique, vulnérable et, surtout, optimiste. « J'ai appris à composer avec ça. Je mange bien, je dors bien et je fais de l'exercice tous

les jours. Et si une pensée surgit, une idée noire qui essaie de me dévorer, je sais ce que j'ai à faire. Je dis "pas maintenant, je ne te laisserai pas t'emparer de moi. Je ne vais pas me laisser emporter par mes pensées". Penser de façon positive et garder espoir, c'est une dure leçon. »

Parmi les nombreux conférenciers figuraient le **D^r Kwame McKenzie**, directeur médical du programme pour les populations défavorisées à CAMH, le juge **Richard D. Schneider**, membre de la Cour de justice de l'Ontario et président de la Commission ontarienne d'examen, et le **D^r Alex Jadad**, directeur intérimaire du Institute of Global Health Equity & Innovation.

« Le thème de la conférence n'aurait pas pu être mieux choisi. Le monde est confronté à de multiples défis interconnectés, et la santé mentale est l'un d'eux, dit **Akwatu Khenti**, directeur du Bureau pour la transformation des soins de santé dans le monde, de CAMH, et l'un des coprésidents de la conférence, mais une extrême interdépendance mondiale nous enseigne nombre de leçons et de moyens de faire face à ces défis. »



Discours de Margaret Trudeau à la conférence sur la santé mentale Going 'Glo-cal'



La réalisatrice Deepa Mehta a apporté une perspective familiale à la conférence

Une publication du Service des affaires publiques de CAMH

Édifice Bell Gateway,
100, rue Stokes
Toronto ON M6J 1H4
416 535-8501, poste 34250
public.affairs@camh.ca
www.camh.ca/fr

Communiquez avec nous sur les médias sociaux.



CAMH



CAMHtv



@CAMHnews



CAMHnews



camhblog.ca



CAMH

AVAILABLE IN ENGLISH / HIGHLIGHTS DISPONÍVEL EM PORTUGUÊS