

L'Association canadienne pour la santé mentale du Nouveau-Brunswick



Peer Support Pair aidant

here for you • ici pour vous

Conférence des pairs aidants certifiés de 2019



En collaboration avec l'Association québécoise pour la réadaptation psychosociale (AQRP), l'Association canadienne pour la santé mentale du Nouveau-Brunswick, l'Université de Moncton, les Réseaux de santé Horizon et Vitalité, et de nombreux autres partenaires, le ministère de la Santé du Nouveau-Brunswick a travaillé à introduire un programme des pairs aidants à l'échelle de la province qui favorise l'embauche et l'intégration du personnel de pairs aidants par les services de toxicomanie et de santé mentale.

Définition du rôle de pair

aidant : « Les pairs aidants sont des membres du personnel qui, dans le cadre de leur travail, reconnaissent ouvertement qu'ils vivent, ou ont vécu, une maladie mentale. Le but consiste à utiliser leur cheminement de rétablissement pour susciter de l'espoir, pour agir comme modèle de comportement et source de motivation et d'inspiration, et pour appuyer et éduquer les personnes qui connaissent des situations semblables à celles qui sont partagées. »

Dans ce numéro :

- Résultats du sondage
 - Témoignages de pairs aidants certifiés
- Message de la consultante provinciale du soutien par les pairs
- Aperçu du programme

Formation : la formation est destinée aux personnes en voie de rétablissement après avoir reçu un diagnostic de problèmes de toxicomanie et de santé mentale et qui sont intéressées par la formation des pairs aidants pour travailler avec les services de toxicomanie et de santé mentale. La formation permettra d'offrir aux participants des cours conçus pour les aider à acquérir les connaissances et les compétences dont ils ont besoin pour remplir leur rôle particulier de pair aidant de façon professionnelle. Le Service de la formation continue de l'Université de Moncton reconnaît ce programme de formation de 119 heures.

Message de la consultante provinciale du soutien par les pairs, Tina Leblanc

Le programme des pairs aidants connu une excellente année!

Il y a eu de nombreux changements. Certains nous ont ravis, d'autres nous ont attristés, notamment le départ de merveilleux collègues qui nous ont quittés pour profiter de belles occasions.

Voyez un aperçu de ce qui s'est déroulé l'année dernière. Les 6 et 7 juillet 2018, nous avons tenu une conférence des pairs aidants à la Villa Madonna, à Rothesay. Cette activité a rassemblé les pairs aidants certifiés de toute la province. On retiendra indubitablement la camaraderie qui s'est installée pendant la conférence.

En juillet 2018, j'ai commencé ma transition de pair aidante certifiée auprès de FACT-Richibucto au nouveau poste de consultante du soutien par les pairs auprès de l'ACSM du N.-B.

Au mois de septembre, les gens sont revenus à leur horaire habituel après avoir connu un merveilleux été. Nous sommes occupés à préparer une formation qui aura lieu à Bathurst du 24 septembre au 5 octobre.

Alors que la formation des pairs aidants certifiés approchait, notre consultante provinciale du soutien par les pairs, Lori Young, a pris une année de congé pour pourvoir le même poste, mais pour l'organisation nationale de l'ACSM. Bien que son départ soit doux-amer, nous sommes très heureux pour Lori et de la nouvelle occasion qui lui a été offerte, et nous lui souhaitons bonne chance.

Notre quatrième formation des pairs aidants certifiés a commencé à la fin de septembre, à Bathurst. Il s'agissait d'un groupe incroyable et d'un excellent ajout à notre famille de pairs aidants. Peu après la collation de diplômes, cinq des pairs aidants certifiés ont trouvé un poste au sein des équipes FACT, ce qui signifie qu'il reste 4,5 postes dans les équipes FACT de pairs aidants à l'échelle de la province.

En l'absence de Lori, je pourvois le poste de consultante provinciale du soutien par les pairs. Par conséquent, Lauren White a été embauchée en janvier 2019 à titre de nouvelle consultante du soutien par les pairs. Elle est une merveilleuse addition à notre famille et équipe.

En mars, tous les pairs aidants certifiés qui travaillent actuellement ensemble dans les équipes FACT se sont réunis à Fredericton. Ce fut une conférence réussie. La camaraderie qui s'est installée dans le groupe était encore une fois mémorable. De nouvelles amitiés ont été formées et d'anciennes ont été renouvelées. Cette conférence avait pour but de communiquer de l'information qui était propre aux pairs évoluant au sein des équipes FACT.

Le nouveau logo du programme des pairs aidants a connu le jour au mois d'avril. Nous sommes très fiers de notre programme et de nos partenariats. Nous avons pensé que le moment était venu de célébrer cette combinaison en ayant un logo qui reflète notre vision. Je dois admettre que l'enthousiasme relatif au nouveau logo m'a fait chaud au cœur alors que la température faisait des siennes en avril.

Nous sommes vraiment heureux de voir arriver des températures plus clémentes, ainsi que les vacances d'été et les journées à la plage. Étant donné que l'été est à notre porte, les pairs ont planifié une sortie spéciale cet été : du canotage sur la rivière Restigouche! C'est avec plaisir que je passerai du temps avec ce groupe merveilleux.

Nous allons tenir notre cinquième édition de la formation pairs aidants certifiés à l'automne. Elle aura lieu à la Villa Madonna, à Rothesay, du 9 au 23 septembre 2019.

J'ai connu une très belle aventure au sein du programme des pairs aidants et je m'attends à ce que la prochaine année soit tout aussi spectaculaire pour moi et pour toutes les personnes associées à ce programme incroyable.

Honk! Honk!

Tina LeBlanc

Consultante provinciale du soutien par les pairs

Quelle est l'aspect le plus important de ce service?

« Voir les clients, faire renaitre l'espoir d'une vie, meilleure, l'écouter, le non-judgment, les supporter, leur refléter leurs forces et le beau qu'il y a en eux; être simplement présent à eux. »

– Yvonne Godin, pair aidante de Caraquet

“AN EMPTY
LANTERN
PROVIDES
NO LIGHT.
SELF-CARE IS
THE FUEL
THAT ALLOWS
YOUR LIGHT TO
SHINE BRIGHTLY.”

Quelques mots de la directrice des opérations de l'ACSM du N.-B., Kristen Barnes

L'ACSM du N.-B. est très fière et ravie du programme provincial des pairs aidants. Nous avons connu une année de changement, de croissance et de développement. Depuis l'adoption de ce programme par l'entremise de l'ACSM du N.-B., le but a été de collaborer avec le ministère de la Santé, les régies régionales de santé du Nouveau-Brunswick ainsi que les organismes et comités communautaires dans l'atteinte de plusieurs importants objectifs :

- *La prestation de la formation des pairs aidants certifiés;*
- *L'intégration des pairs aidants certifiés dans les équipes FACT de toute la province par l'entremise des cliniques de santé mentale et de toxicomanie communautaires;*
- *L'offre de soutien et de perfectionnement professionnel continus aux pairs aidants certifiés;*
- *Des possibilités de formation de soutien et d'apprentissage pour pairs aidants communautaires;*
- *La conception de programmes de pairs aidants communautaires pour les membres de la famille et les aidants naturels ainsi que les premiers répondants.*

Jusqu'à maintenant, nous avons fourni à plusieurs reprises, en anglais et en français, de la formation aux pairs aidants certifiés dans le cadre du programme provincial des pairs aidants. Depuis que les formations ont eu lieu, nous avons été témoins de l'embauche de pairs aidants certifiés au sein des équipes cliniques FACT de la province. D'autres pairs aidants certifiés ont saisi d'autres occasions qui leur permettent de communiquer et d'intégrer leurs compétences pour promouvoir le rétablissement et l'espoir en matière de santé mentale, de maladie mentale et de toxicomanie. Ces formations et ces rôles de pairs aidants qui ont été rendus possibles à l'échelle du Nouveau-Brunswick ont permis de donner une nouvelle voix et un nouveau rayon d'espoir à un grand nombre de personnes qui connaissent des problèmes de santé mentale.

Nous avons continué de travailler à atteindre notre objectif d'améliorer la communication, le perfectionnement professionnel, le soutien et l'échange de connaissances au sein du réseau des pairs aidants certifiés en organisant des conférences, des vérifications, des visites des lieux ainsi que des conférences téléphoniques périodiques. Nos consultants du soutien par les pairs ont travaillé d'arrache-pied à trouver de nouvelles façons de promouvoir et de mobiliser la collectivité et les professionnels, et de sensibiliser davantage les gens au programme des pairs aidants au Nouveau-Brunswick.

Le printemps dernier, l'ACSM du N.-B. a lancé un projet pilote pour notre nouveau programme appelé Engaging Families in Recovery (inciter les familles à participer au rétablissement). Fondé sur le modèle de rétablissement, ce projet est conçu pour appuyer les membres de la famille et les aidants naturels de personnes vivant un problème de santé mentale et de toxicomanie. Une fois le programme réalisé, les participants peuvent se joindre au réseau de pairs aidants constitué d'autres membres de familles et aidants naturels qui ont effectué le programme. Notre consultante du soutien les pairs travaille à établir une séance de transition pour mieux appuyer et promouvoir cette initiative.

Au cours de l'automne, nous tâcherons de continuer à atteindre nos objectifs en cours tout en améliorant et développant nos pratiques actuelles. Nous allons collaborer avec les premiers répondants pour établir une formation à l'intention des pairs aidants et continuer à multiplier nos services destinés aux pairs aidants évoluant auprès des familles et des aidants naturels. En outre, c'est avec plaisir que l'ACSM du N.-B. travaillera avec la collectivité à appuyer le mieux possible les initiatives et les formations destinées aux pairs aidants communautaires. Au nom de l'ACSM du N.-B., je tiens à remercier tous ceux et celles qui font partie de notre programme provincial de pairs aidants et notre famille de pairs aidants. Vous suscitez de l'espoir, encouragez de nombreuses personnes sur leur chemin du rétablissement, et aidez à déconstruire les mythes et à surmonter les obstacles à la recherche d'aide.



Canadian Mental
Health Association
New Brunswick
Mental health for all

Association canadienne
pour la santé mentale
Nouveau-Brunswick
La santé mentale pour tous

*Sarah Brennan,
clinicienne pour
l'équipe F.A.C.T. de
Saint John*

« Our F.A.C.T program would not be effective without our peer support. She is an integral part of the program. »

Témoignage d'une travailleuse d'une pair aidante, Amanda Craig

I had hopes of being accepted into the PEER SUPPORT program from the moment I began filling out my application. Using my story to help others is something I am passionate about and being able to use it for the benefit of others is essentially; a dream come true. So, I set out to apply for the program, and much to my excitement I was accepted into it. I shuffled around trying to obtain funding to pay for this much desired course, and to my delight, I found it. I met amazing people who were taking the course, sharing similar experiences to ones I had been through. It was and continues to be an incredible journey to say the least. Every time I see individuals, I have taken this course with, or other Certified Peer's there seems to be this unspoken bond, it's plain to see that we can relate to one another on so many levels. The work that we do for other's for example, and the experience's we share from our own lives. There have been happy tears of relatability shed, hugs of "see you again next time," and plenty of laughter. Can you imagine being surrounded by people who understand you, and know what it is like to be through similar things? All of these individuals are people who genuinely care about others and their hearts are in the right place. That is what being taking this course allowed me to participate in. While I appreciate everything, I have gained from this course and working with FACT, I believe a sense of community has been established within the group of PEER'S. From story sharing, to the text book, two-week class room work, to studying with my study partner, and doing the 40 hours practicum (in community work), it has been a wonderful experience. Now it seems that panic over the exam only lasted a moment, in comparison to the amazing time spent learning. I took the course and learned many things including; but not limited to the 5 stages of recovery. I find with these, often times, I see myself recognizing where individuals are on the 5 stages and trying to meet them where they are at. I'm glad the interview process is over, and I obtained work with FACT, as it truly is an incredible opportunity to use my story to help other's process their own. I work with an amazing team of people, from many different disciplines. They have been more than open to my suggestions and are always looking for my feedback during many circumstances. Co-workers are often eager to have me work with a consumer that we feel as a team, my services would benefit them. Clients really appear to enjoy outings with me, as we often find conversations easiest to be had in the most amazing settings, such as the nature park, or even just the car, providing a more comfortable setting for these individuals. I enjoy them too! They also enjoy the group activities that I facilitate with help of other co-workers on different occasions, playing basketball, doing crafts, going to the museum, photography group outing, etc... These groups include helping individuals get out of the house, which may or may not be isolated, meeting new friends, and learning new skills. It's been a true honor and pleasure to be blessed with such an amazing privilege, to meet the individuals I work with, and to see the incredible ways in which they have grown since meeting with these wonderful people. I love the opportunities provided to me during my work time, and the openness and willingness of my co-workers to allow for my idea's to be brought to life.

In closing, I would like to say once again I am thankful for the opportunity to have been given to take this course, to work for FACT, to engage with co-workers, consumers, and of course other PEER'S! HONK HONK!!



Témoignage d'un client

J'ai la chance d'avoir l'aide d'une pair aidante depuis quelques mois.

Cette personne est très précieuse pour moi et je suis énormément reconnaissante que ce poste a été créer. Il vient combler un besoin que l'on a de se faire comprendre sans jugement et souvent sans avoir à donner des explications. C'est quelqu'un qui peut nous guider et nous soutenir sans nous mettre de pression, quelqu'un avec qui on peut totalement être soi-même.

C'est aussi quelqu'un qui nous sers de modèle. Un Espoir qu'on va s'en sortir un jour. Mes rencontres avec ma pair aidante me gradient motive et focusée sur ma guérison. Elles aident à développer mon coté sociale et à me dépasser pour pouvoir surmonter l'anxiété.

Témoignage de Jean-Michel

Je suis une personne qui a eu à vivre beaucoup de défis et d'obstacles lorsque mon diagnostic est tombé. Le diagnostic en soi était tellement tabou que je n'osais en parler à personne et je croyais que j'allais vivre malade le restant de mes jours. Mon parcours a été relevé d'embuche et par la force des choses j'ai dû apprendre à me connaître et à me redécouvrir des parti de moi qui existait encore malgré la maladie, et j'en remercie sincèrement toutes mon entourage, ma famille et principalement le centre de santé mentale de Kedgwick.

Le centre de santé mentale de Kedgwick et ma famille ont tellement été posé et attentionné envers mes problèmes avec beaucoup d'écoute, d'empathie et me conseillant plein de méthode d'adaptation que je n'avais nul le choix de m'investir en tant que personne pour devenir une meilleure personne jour après jours malgré ma maladie.

Un jour, un employé du centre de santé mentale de Kedgwick m'a suggéré d'aller prendre un cours pour devenir pairs aidant, parce que probablement elle voyait en moi un potentiel. J'avais aucune idée en quoi consistait devenir un pairs aidant, mais j'ai accepté sans savoir où cela allait m'apporter...

La formation a été TOUTE une révélation de soi et beaucoup plus encore parce qu'elle m'a donné la liberté d'exprimer toute mon histoire que je retenais en dedans qui dans le fond de mon âme qui me ruinait l'existence. À défaut de trop penser, j'oubliais de vivre et quand j'oubliais de vivre ma santé mentale se détériorait.

Cette liberté que je peux maintenant exprimer haut et fort pour démystifier la maladie avec d'autres personne du même type que moi et leur susciter l'espoir est une chose très importante pour moi, parce que les personnes qui vivent avec la maladie mentale sont très importante au sein de la communauté et disons-les Ce n'est plus un TABOU d'en parler avec un thérapeute pour établir votre propre plan de rétablissement. Demander de l'aide, ce n'est pas une faiblesse, c'est une richesse de votre force intérieure.

Jean-Michel Roy

Pairs Aidant Certifié



Prochaines dates spéciales :

9 au 23 septembre : la 5^e édition de la formation des pairs aidants certifiés aura lieu à Rothesay, au N.-B. – cours offert en anglais.

10 octobre : Journée mondiale de la santé mentale

27 novembre : anniversaire de l'ACSM du N.-B.

Mandat du programme des pairs aidants du N.-B. :

1. Promouvoir l'embauche et l'intégration des pairs aidants dans les services de toxicomanie et de santé mentale.
2. Offrir des outils de formation :
 - Formation destinée aux pairs aidants candidats
 - Formation pour les milieux d'embauche
3. Fournir de l'appui aux pairs aidants et aux milieux d'embauche.

Contactez-nous!

Consultante provinciale du soutien par les pairs :
Tina Leblanc

Tél. : 506-859-8114, poste 6

Courriel : tina.leblanc@cmhanb.ca

Consultante du soutien par les pairs :
Lauren White

Tél. : 506-455-5231, poste 109

Clinicienne de l'équipe
FACT de Fredericton

« All clients like the peer support and appreciate her involvement. »

Résultats du sondage auprès des clients, cliniciens et pairs aidants

Les services des pairs aidants certifiés ont-ils une incidence positive sur les clients? « *Absolutely, 100% beneficial.* » – Clinicien de Woodstock

Quel est l'aspect le plus important de ce service?

« *Being free to share my personal story with clients. The look of relief I have seen on a clients face when they realize you understand them and will be honest with them.* »

– Ebony Wade, paire aidante certifiée de Woodstock

Quel est l'aspect le plus important de ce service?

« *Lived experience. Hope. Clients believe they have someone 'who just gets it'.* » –

Clinicien de Fredericton

« *C'est un service très bénéfique pour les clients et pour nous de percevoir autrement le rétablissement .* »

– Clinicien de Shippagan

Quelle est l'utilité de ce service?

« *You guys are amazing to me, more than you know.* »

– Utilisateur du service

En général, que pensez-vous de ce service? « *We appreciate and respect this role. Erin is an integral part of my team.* »

- Clinicien à Fredericton

« *Utiliser mon histoire de rétablissement pour briser le sentiment d'isolement et susciter la réflexion de la personne sure ou elle est sur son propre parcours de rétablissement.* »

– Jacinthe Breau, pair aidante certifiée de Moncton

« *Very helpful to help me get ideas off my mind, I enjoy her sharing her experience.* »

– Utilisateur du service de Moncton

« *Great to be able to get out of the house and talk to someone.* »

– Utilisateur du service

En général, que pensez-vous des services de pairs aidants? « *I really believe in the program after working with clients. It does really help clients to speak to a peer. It helps disarm them and provide hope.* »

– Tina Leblanc, ancienne paire aidante certifiée de Richibucto

« *Très utile parce que souvent difficile de partager l'information avec conjoint, amis et famille.* »

– Utilisateur du service

En général, que pensez-vous des services de pairs aidants? « *I love my job!* »

- Amanda Craig, pair aidante de Saint John

Qu'avons-nous bien fait? « *Professional attitude and have personal experience to relate to.* »

– Utilisateur du service

Merci à vous tous, nos incroyables partenaires qui font du programme de pairs aidants certifiés du Nouveau-Brunswick une collaboration réussie!



Peer Support Pair aidant

here for you • ici pour vous



**Canadian Mental
Health Association**
New Brunswick
Mental health for all

**Association canadienne
pour la santé mentale**
Nouveau-Brunswick
La santé mentale pour tous



UNIVERSITÉ DE MONCTON
EDMUNDSTON MONCTON SHIPPAGAN

Formation continue