



**JUIN 2024** 



WWW.SRAADD.COM

### <u>Dans ce numéro</u>

- Mot du président
- Mot estival de la SRAADD
- Horaire d'été
- Invitation AGA
- Chronique santé mentale
- Chronique information
- Chronique juridique
- Séance d'information
- Formulaire d'adhésion ou de renouvellement

### **Remerciements**

La SRAADD / CQM tient à remercier ses principaux bailleurs de fonds pour l'année 2024

Merci au CIUSSS MCQ et à Centraide Centre Ouest du Québec de nous fournir le soutien nécessaire afin de continuer notre mission

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Mauricie-etdu-Centre-du-Ouébec









# Mot du Président

#### Chers membres, partenaires et collaborateurs,

Il est maintenant temps pour moi de faire un bilan de l'année financière qui s'est terminée le 31 mars 2024. Cette année a été marquée du signe de la continuité par rapport à la précédente, l'organisme ayant continué ses différentes activités de représentation, tant auprès des autres organismes communautaires, des appareils gouvernementaux qu'auprès de la population, tout en poursuivant son rôle de soutien auprès des utilisateurs.

Parmi les nouveautés importantes à souligner cette année, notons le lancement du nouveau site web de l'organisme, lequel présente une facture visuelle beaucoup plus intéressante que la précédente version. Ce site web a également été préparé de façon à être facilement consulté via des appareils mobiles (tablettes et téléphones intelligents), ceux-ci composant maintenant la vaste majorité des appareils utilisés afin de consulter les pages web. Le nouveau site inclut également une nouvelle plateforme permettant de faire des dons à l'organisme, laquelle plateforme permet de maximiser le montant remis à l'organisme aux termes des dons ainsi effectués.

Quant aux membres du conseil d'administration, ils ont siégé tout au long de la dernière année et plusieurs décisions ont été prises par ceux-ci. Parmi les plus importantes, notons la décision de continuer la campagne publicitaire, tout en y apportant certains changements. En effet, le volet radio a été modifié, le message publicitaire est maintenant diffusé aux postes de radio VIA 90,5 FM, FM 106,9 et 100,1 Rythme FM, diffusant tant au Centre-du-Québec qu'en Mauricie, le tout afin d'atteindre un nouvel auditoire. Le volet visuel de la campagne auprès de la STTR (autobus et abribus) a été prolongé, les administrateurs jugeant cette forme de publicité très efficace, et une nouvelle forme de publicité est actuellement testée dans les toilettes de plusieurs restaurants et bars de la Mauricie. Le but des campagnes publicitaires est toujours le même; nous souhaitons faire connaître la SRAADD et les services qu'elle offre à un nombre de plus en plus important de citoyens de la Mauricie et du Centre-du-Québec.

### Mot du Président suite

Autre décision d'importance à noter, monsieur Jeffrey Gendron, le précédent directeur de l'organisme, ayant démissionné dans les premiers mois de l'exercice financier, le conseil d'administration a nommé madame Lise Michelin comme directrice, cette fois à titre intérimaire, le temps de trouwer un nouveau directeur permanent. Je tiens par ailleurs à la remercier du fond du cœur pour avoir tenu les rênes de l'organisme durant cette période de tumulte. Après quelques mois, Marie-Andrée Fortin a finalement été nommée par le conseil d'administration comme directrice permanente de l'organisme. Ayant une solide expérience en gestion, dotée d'une personnalité agréable, étant facile d'approche et ayant étudié en intervention sociale, elle apparaissait aux membres du conseil d'administration comme la candidate toute désignée pour occuper ce poste. Nous souhaitons que vous l'apprécierez tout autant que nous et qu'elle sera impliquée pour une longue période auprès de la SRAADD.

Maintenant d'un point de vue opérationnel, les employés, ainsi que le/la directeur/directrice, ont continué de prodiguer les services usuellement offerts par la SRAADD. Cette dernière, via l'ensemble de son personnel, aura su cette année encore tirer son épingle du jeu et motiver son existence. Je tiens à les remercier, autant en mon nom qu'en celui des membres du conseil d'administration, pour leur implication à la cause de l'organisme et leur dévouement tout au long de la dernière année.

À titre de rappel, si le besoin se fait sentir, la SRAADD demeure disponible pour vous fournir du soutien dans la défense de vos droits. N'hésitez surtout pas à faire appel à nos services pour vos besoins en cette matière.

D'ici à une prochaine communication, en mon nom et en ceux des membres du conseil d'administration, nous vous souhaitons une prochaine année à la hauteur de vos attentes!



# Horaire de la SRAADD Été 2024

Lundi 8h30-16h30 Mardi 8h30-16h30 Mercredi 8h30-16h30 Jeudi 8h30-16h30 Vendredi 8h30-12h00

L'horaire d'été est en vigueur de la fête nationale jusqu'à la fête du travail!



**ANNUELLE 2024** 

S.R.A.A.D.D/C.Q.M.

Vous êtes invité à l'assemblé générale annuelle de la S.R.A.A.D.D/C.Q.M.

Nous vous attendons en grand nombre Mercredi le 19 juin 2024

Il nous fera plaisir de vous accueillir dans les locaux de la Maison de la Solidarité située au 1060, St-Francois-Xavier à Trois-Rivières local 260

Assurez vous d'avoir réservé votre place d'ici le 13 juin 2024 en communiquant avec nous au 819-693-2212 poste 0

Veuillez prendre note qu'un goûter vous sera servi lors de l'assemblé générale annuelle!

### <u>Déroulement</u>

17h00 arrivée par la porte principale du devant 17h30 début de l'AGA

Après l'AGA un goûter vous sera offert!!

### Chronique Santé Mentale

### Santé mentale au travail des tabous qui ont la vie dure

Alors que la santé mentale est de plus en plus au cœur des conversations depuis quelques années, elle reste encore sujette aux tabous dans les milieux de travail, estiment des experts.

De 2021 à 2023, 38,6 % des participants à l'Enquête longitudinale de l'Observatoire sur la santé et le mieux-être au travail (ELOSMET) avaient répondu éprouver de la détresse psychologique. Plus précisément, 12,5 % des travailleurs ont déclaré avoir des symptômes d'anxiété,15,9 % ont dit avoir des symptômes de dépression, 25,4 % ont dit vivre de l'épuisement professionnel et 22,4 % ont précisé consommer des médicaments psychotropes.

Selon le directeur de l'Observatoire sur la santé et le mieux-être au travail (OSMET), Alain Marchand, il y a toutefois moins de résistance et de tabous autour de la santé mentale dans les milieux de travail aujourd'hui qu'il y a quelques années. « Quand j'ai commencé à faire des études sur le sujet dans les années 2000, lorsqu'on parlait de cette question, les gens pensaient qu'on s'intéressait à la folie », se souvient celui qui est aussi professeur titulaire à l'École de relations industrielles de l'Université de Montréal et directeur scientifique à l'Institut de recherche Robert-Sauvé en santé et en sécurité du travail (IRSST).

Promotion de l'activité physique, du yoga, de la méditation et de la gestion du stress... M. Marchand constate que les employeurs sont de plus en plus soucieux de mieux intervenir auprès des travailleurs aux prises avec des défis de santé mentale. « Mais, évidemment, il y a encore beaucoup d'accent mis sur les symptômes plutôt que sur les conditions de travail qui vont les amplifier, précise-t-il. Quand on découvre, par exemple, que le problème est causé par la surcharge de travail, c'est beaucoup plus difficile à aborder dans les milieux professionnels. »

#### Sur l'organisation du travail

Si certains des troubles mentaux que vivent les salariés sont liés à la sphère privée, ces mêmes maux sont souvent reliés au milieu professionnel, constate Mélanie Dufour-Poirier, professeure agrégée à l'École de relations industrielles de l'Université de Montréal. Et « on a toujours tendance à rendre l'individu imputable des dysfonctionnements », observe-t-elle.

### Chronique santé mentale suite

Ainsi, les employeurs sont encore trop peu nombreux à se poser des questions sur les causes de la fragilité psychologique de certaines personnes au travail, croit la chercheuse. « Dans plusieurs cas de figure, le travail est la goutte qui fait déborder le vase. Il y a des modes d'organisation des tâches, une culture de gestion, des pratiques de ressources humaines qui font dysfonctionner le milieu de travail et les gens », ajoute celle qui étudie ces questions depuis une dizaine d'années.

Selon les données de l'ELOSMET, la situation des femmes et des jeunes est particulièrement préoccupante. « Dans les secteurs d'activité à forte prédominance féminine, qu'on parle de la santé, de l'éducation, les indices de santé mentale sont troublants. Ces deux secteurs sont lourdement hypothéqués sur le plan de la santé mentale au travail », souligne Mme Dufour-Poirier.

Mais selon les sexes, les défis en matière de santé mentale ne vont pas se traduire de la même manière, précise la chercheuse. « On a des outils d'identification d'analyse des risques psychosociaux qui existent à l'heure actuelle, mais ils sont génériques. Or, chaque milieu de travail a sa culture et ses propres problématiques, qui vont se manifester de façons très différentes », fait-elle remarquer. L'Observatoire estime également que les jeunes employés en début de carrière sont plus susceptibles d'expérimenter de la détresse psychologique, de la dépression ou de l'épuisement professionnel.

Par ailleurs, l'OSMET surveille la croissance des symptômes dépressifs et anxieux chez les hommes âgés de 35 à 49 ans. Depuis quelques années, ils sont plus à même de parler de leurs problèmes et d'aller chercher de l'aide pour y faire face, constate M. Marchand. « Historiquement, les hommes ont davantage tendance à recourir à des abus d'alcool, de drogues, à devenir violents, agressifs, comme une façon de réagir ou de calmer leurs symptômes. Le problème est toujours là, mais il est assurément moins important que ce qu'il était comparativement aux 20 dernières années », souligne le professeur.

### Chronique santé mentale zuite

Il reste encore un « immense travail » d'éducation à faire dans les milieux professionnels et dans la société en général, croit Mme Dufour-Poirier. « Il y a un paradigme de la productivité et de l'hyper-performance au travail qui comporte des coûts humains et sociaux extrêmement importants. Quand vous êtes vu comme un élément qui n'arrive pas à fournir au même rythme que vos pairs, qui rend-on coupable ? », demande la chercheuse.

Pour son collègue, continuer à aborder la question de la santé mentale permettra de contribuer à briser les tabous qui demeurent, notamment ceux entourant l'autisme et la neurodivergence. « On peut avoir une construction au niveau de la psychologie de la santé mentale qui nous distingue des autres. Ça ne fait pas de nous pour autant des êtres qui vont être moins performants au travail. Il faut s'habituer à ces modèles, en parler, former les gens, pour faire tomber les dernières barrières qui pourraient rester en matière de stigmatisation. »

Ce contenu a été produit par l'équipe des publications spéciales du Devoir, relevant du marketing. La rédaction du Devoir n'y a pas pris part.

## Chronique information

Les dernières semaines ont été chargées en événements et en discussions au sujet de la santé mentale et de la justice, et des voix s'élèvent pour réclamer plus de surveillance des personnes ayant reçu un verdict de non-responsabilité criminelle et des modifications au Code criminel. Mais qu'en est-il vraiment ? Des changements législatifs permettraient-ils d'éviter des drames ?

Si des meurtres ont été commis dans les derniers mois par des personnes libérées sous conditions par la Commission d'examen, il ne faut pas oublier que l'association entre violence et maladie mentale n'est pas démontrée, au contraire, les personnes souffrant de troubles mentaux étant plus souvent victimes qu'autrices de violence.

L'objectif de cette série de textes est de démystifier le droit et les pratiques judiciaires relatifs à la santé mentale pour mettre en perspective le recours aux pratiques coercitives en psychiatrie.

#### Les droits en santé mentale

Les mécanismes juridiques relatifs à la santé mentale datent des années 1990. C'est par les réformes du Code criminel (1992) et du Code civil du Québec (1994) que les gouvernements fédéral et provincial ont façonné le droit actuel. Dans les deux cas, les législateurs étaient préoccupés par les violations des droits des personnes déclarées aliénées par une cour criminelle ou placées sous cure fermée (internées) dans les hôpitaux. Ces réformes arrivent après des années de revendications de groupes comme la Commission des droits de la personne, et de recherches démontrant de longues privations de liberté.

Dans la foulée de ces réformes, le gouvernement fédéral crée une partie sur les troubles mentaux dans le Code criminel et confie l'encadrement et les décisions relatives aux accusés déclarés inaptes à subir leur procès ou non-responsables criminellement pour cause de troubles mentaux à des tribunaux administratifs, les commissions provinciales d'examen. Le gouvernement provincial crée deux mécanismes distincts : les gardes, qui permettent de détenir une personne contre son gré dans un hôpital, et l'autorisation de soin permettant l'imposition d'un traitement. La décision sur les gardes est prise par la Cour du Québec, alors que celle sur les soins est prise par la Cour supérieure.

Tant à Ottawa qu'à Québec, les législateurs sont convaincus que le fait que les décisions seront dorénavant prises par des tribunaux permettra de limiter les abus et de protéger les droits civils et judiciaires.

# Chronique information Suite

#### Pratiques psychiatriques coercitives

Il faut dire que le passé des asiles québécois n'est pas glorieux. Entre l'ouverture du premier asile en 1871 et le début de la première vague de désinstitutionnalisations en 1961, le nombre de lits psychiatriques par 1000 habitants a explosé et les séjours psychiatriques se sont substantiellement allongés.

Les études menées à l'époque ont démontré que les personnes séjournant dans les asiles québécois y étaient contraintes, l'hospitalisation libre n'y existant pratiquement pas, et que les soins y étaient rudimentaires. À la même période, le Québec détenait également le record du nombre de personnes déclarées aliénées par un tribunal criminel et placées en détention.

La désinstitutionnalisation s'annonçait comme un tournant dans l'histoire des pratiques psychiatriques au Québec, avec le développement de ressources communautaires devant mettre fin à des décennies d'institutionnalisation. Or la réalité est tout autre. Les services dans la communauté ou à domicile sont pour le moins mal financés et insuffisants. Les services sociaux, notamment l'aide aux personnes et aux familles, sont aujourd'hui moribonds.

Alors que le nombre de lits hospitaliers en psychiatrie est souvent présenté comme insuffisant, il est un des plus élevés des pays occidentaux, avec 2,5 lits pour 1000 habitants au Québec contre 1,2 en Allemagne, 0,8 en France, 0,3 au Canada et 0,2 aux États-Unis. Le régime d'assurance public ne couvre pratiquement que les frais liés aux consultations médicales et aux médicaments, ce qui rend largement inaccessible la psychothérapie et valorise peu les pratiques alternatives.

Le système de soin en santé mentale n'a donc pas connu la réforme en profondeur annoncée et, sans surprise, le recours à la coercition y reste fréquent et le nombre de personnes judiciarisées ne cesse d'augmenter. Entre 2015 et 2020, le nombre de requêtes pour garde en établissement et de personnes sous commission d'examen a augmenté de 29 %; l'augmentation est de 45 % pour les autorisations de soins.

Or les recherches montrent que les personnes judiciarisées en santé mentale vivent disproportionnellement dans la pauvreté, voire en situation d'itinérance, et sont multijudiciarisées en santé mentale, mais aussi en protection de la jeunesse, en matières pénale et de logement. Ces contacts judiciaires sont anxiogènes et imposent d'importantes contraintes aux personnes dont la vie est dictée par de multiples ordonnances judiciaires. Ces constats sont inquiétants et remettent en question tant les objectifs que les incidences sociales de la judiciarisation en santé

mentale.

### Chronique juridique

### LA SUSPENSION DU CASIER JUDICIAIRE OBTENIR UN PARDON

Qu'est-ce que la suspension du casier judiciaire ?

Les renseignements sur une personne déclarée coupable d'une infraction criminelle sont conservés dans un dossier informatisé géré par la Gendarmerie Royale du Canada (GRC). C'est ce qu'on appelle un casier judiciaire.

Votre casier judiciaire est classé avec les dossiers des autres délinquants, à moins que vous demandiez une suspension du casier judiciaire. Cela était autrefois appelé une demande de réhabilitation ou de pardon.

Votre casier judiciaire sera gardé de façon confidentielle par la GRC si vous obtenez une suspension de votre casier.Les informations contenues dans votre casier deviennent alors inaccessibles, sauf dans des circonstances très particulières.

Pour obtenir une suspension du casier judiciaire, il faut faire une demande à la Commission des libérations conditionnelles du Canada.

Il n'est pas nécessaire de demander une suspension du casier judiciaire si : Vous avez reçu une absolution après juillet 1992Vous avez reçu une peine pour adolescent. Dans ces deux cas, votre dossier sera automatiquement détruit ou archivé après une certaine période de temps.

## Chronique juridique

Zuite

#### Les effets de la suspension du casier judiciaire

La suspension de votre casier n'efface pas le fait que vous ayez été déclaré coupable. Ainsi, à la question « Avez-vous déjà été déclaré coupable d'une infraction criminelle ou condamné ? » ou toute autre question similaire, vous devriez répondre « Oui ». Cependant, vous pouvez dire que vous avez obtenu une suspension du casier judiciaire afin de démontrer votre bonne conduite et votre respect des lois.

La suspension du casier judiciaire peut atténuer les conséquences du casier dans le domaine de l'emploi. Elle pourrait aussi faciliter vos démarches d'immigration au Canada.

Attention! La suspension de votre casier ne garantit pas que vous puissiez voyager dans d'autres pays.

Pour plus d'information sur les impacts d'un dossier criminel et de la suspension de ce dossier, vous pouvez consulter notre article sur Les conséquences d'un casier judiciaire.

Des traces ailleurs que dans le casier judiciaire de la GRC

Une accusation laisse des traces ailleurs que dans le casier judiciaire de la GRC. Par exemple, les policiers et les cours de justice conservent des informations sur les personnes accusées.

Lorsqu'il y a une suspension du casier judiciaire, la Commission communique cette information aux cours de justice et aux policiers. En général, les palais de justice rendent automatiquement inaccessibles ces dossiers au public. Cela signifie que votre dossier ne devrait plus apparaître sur le registre public appelé plumitif.

#### Procédure accélérée et gratuite pour la possession simple de cannabis

Les personnes qui ont été condamnées pour possession simple de cannabis seulement peuvent faire une demande de suspension de casier judiciaire dès maintenant sans attendre 5 à 10 ans. La demande est gratuite et peut être faite en utilisant un formulaire disponible sur le site du Gouvernement du Canada.

### Chronique juridique

Suite

La Commission prend sa décision en fonction de plusieurs critères La Commission n'est pas obligée d'accorder la suspension du casier judiciaire sauf si la demande concerne une infraction de possession simple de cannabis seulement.

Pour accorder une suspension du casier, la Commission doit être convaincue que la personne :

a eu une bonne conduite;

n'a eu aucune autre condamnation criminelle depuis ; et a démontré que le pardon aiderait sa réadaptation dans la société.

De plus, la Commission peut tenir compte d'autres facteurs pour analyser une demande de suspension du casier judiciaire. Par exemple, la Commission peut prendre en compte :

le type d'infraction commise et sa gravité; la durée de l'infraction commise; les circonstances de l'infraction commise; les antécédents criminels de la personne; les dommages physiques ou psychologiques graves causés à une autre personne;

En général, une personne déclarée coupable d'un crime en lien avec un enfant (ex : contacts sexuels avec un enfant, pornographie juvénile, etc.) ne pourra pas avoir de suspension de son casier judiciaire. C'est la même chose lorsqu'une personne a été condamnée plus de trois fois avec des peines de deux ans ou plus à chaque fois.

La Commission peut annuler une suspension du casier si :

la personne est condamnée pour une nouvelle infraction;

la personne n'a plus une bonne conduite;

la personne a volontairement fait une déclaration inexacte, trompeuse ou incomplète lors de sa demande de suspension du casier

# Chronique juridique duite

#### Un guide et des ressources pour déposer une demande

Vous pouvez vous procurer un Guide de demande de suspension du casier ainsi qu'un formulaire sur le site de la Commission. Ce guide explique quels documents doivent être fournis pour faire une demande et comment se les procurer.

Pour faire une demande de suspension du casier, vous n'êtes pas obligé de passer par un avocat ou une entreprise spécialisée dans le domaine. La Commission ne favorise pas les demandes déposées par des entreprises spécialisées dans le domaine. Toutefois, si vous le désirez, vous pouvez contacter un avocat ou un organisme qui peut vous aider dans votre demande. Ces services ne sont pas gratuits.

Il existe aussi des ressources gratuites pour vous accompagner dans vos démarches :

La Commission : elle peut répondre à vos questions par courriel ou par téléphone (1-800-874-2652). L'organisme sans but lucratif AlterJustice : leurs intervenants offrent de l'accompagnement individuel gratuit.

> Des coûts et des délais à prévoir pour obtenir une suspension du casier judiciaire Il faut prévoir un délai de 6 mois à deux ans avant de recevoir une réponse.

La demande de suspension du cassier comporte des frais. Vous devez aussi assumer les frais pour obtenir vos empreintes digitales, une copie de votre casier judiciaire, des documents de la cour et de la police locale.

L'information qu'Éducaloi vous offre explique de façon générale le droit en vigueur au Québec. Il ne s'agit pas d'un avis ou d'un conseil juridique.

Pour connaître les règles particulières à votre situation, consultez un avocat ou un notaire.





### Présentation

Par le biais des présentations sur notre organisme, la SRAADD se rend disponible auprès de ses usagers, des intervenants d'organisations (publics et communautaires) et de leur clientèle. Nous nous déplaçons à travers la Mauricie et le Centre-du-Québec pour présenter nos services et ainsi se faire connaître sur nos deux territoires. Les présentations sur notre organisme sont d'une durée d'une heure et sont suivi d'une période d'échange et de questions.

### Nos Ateliers

Nos ateliers visent à conscientiser les gens sur la grande question de la santé mentale. L'atelier se propose d'inciter la population à se questionner et à identifier les gestes que l'on peut poser pour prendre soin de sa propre santé mentale. Au terme de cet atelier l'auditeur aura réfléchi sur l'importance de s'entourer d'un bon réseau social, d'identifier les personnes et les ressources clefs de son entourage ainsi que l'importance de se confier en cas de besoin.

De plus, au terme de l'atelier, les participants devraient être en mesure d'expliquer dans leurs mots ce qu'est la santé mentale, d'énumérer des facteurs qui affectent positivement et négativement celle-ci et de nommer des moyens pouvant nous aider à surmonter nos difficultés personnelles. Avoir une bonne santé mentale contribue à notre bien-être général, et est aussi important que la santé physique.

D'une durée d'environ 1 heure, l'atelier proposera d'échanger entre eux des mots et des moyens pour aider à avoir une bonne santé mentale.

SOLIDARITÉ RÉGIONALE D'AIDE ET D'ACCOMPAGNEMENT POUR LA DÉFENSE DES DROITS EN SANTÉ MENTALE

# Pourquoi devenir membre de la SRAADD

- Participer à des cafés rencontres
- Invitation à notre dîner de Noël
- Rester informé de l'actualité et des droits reliés à la santé mentale
- Solidarité envers les personnes vivant ou ayant vécu une problématique de santé mentale
- Assister à l'assemblée générale annuelle
- Soutenir l'organisme dans sa mission

N'hésitez pas à devenir membre





### Pourquoi devenir membre de la SRAADD?

- Se tenir informé de l'actualité et des droits reliés à la santé mentale
- Solidarité envers les personnes vivant ou ayant vécu une problématique en santé mentale
- Soutenir l'organisme dans sa mission

	nulaire d'adhésion et de renouvellement	
Prénom::		
Adresse ou n	ouvelle adresse:	
- éléphone:	2,	
ate:		
ignature:		
	Coût: 3\$	

#### **Note importante**

Si vous déménagez, vous devez nous prévenir.

Pour ce faire, vous pouvez nous retourner ce coupon à l'adresse suivante:

1060, rue St-François-Xavier, bureau 305

Trois-Rivières, Qc G9A 1R8

OU

info@sraadd.com en inscrivant comme sujet "changement d'adresse"



AVEC LA PARTICIPATION DE LA STATION RADIO

### **CKBN**

SOYEZ À L'AFFÛT DE NOS CAPSULES RADIOPHONIQUES

AINSI QUE NOTRE VISIBILITÉ POUR LA POPULATION DU TERRITOIRE DE LA M/CQ





Nos heures d'ouverture

Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h30