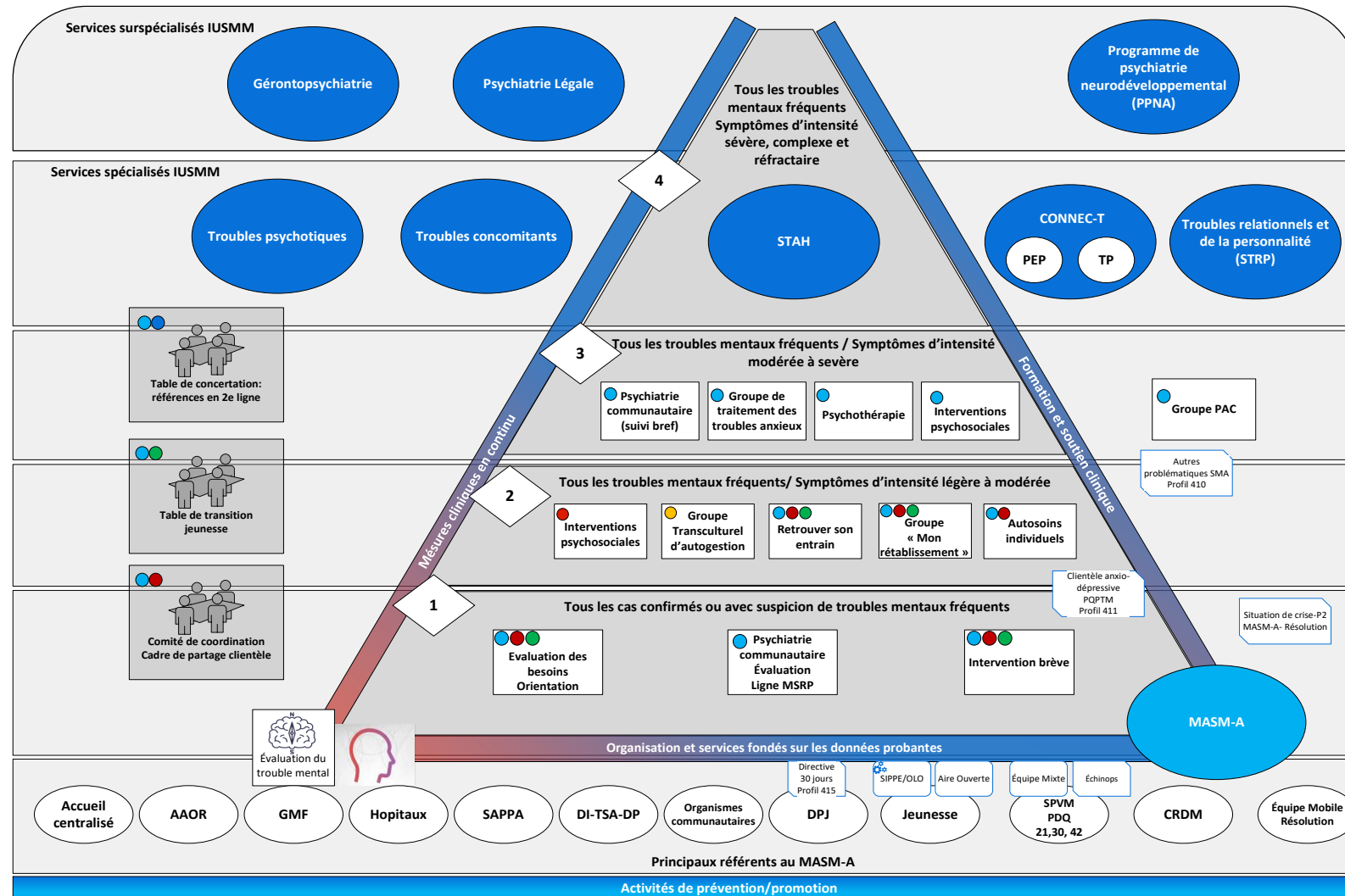


Offres de services SMA

Le **PQPTM** encadre l'offre de services en santé mentale adulte selon une approche graduée, adaptée aux besoins des personnes présentant une symptomatologie anxieuse ou dépressive.



Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Est-de-
l'Île-de-Montréal

Québec

ÉTAPE 1 : Évaluation et interventions brèves

Évaluation des besoins Orientation

Les intervenants du MASM-A effectuent l'évaluation des besoins et orientent la personne vers les services les mieux adaptés en tenant compte de la gravité des symptômes, du niveau de fonctionnement et des facteurs environnementaux.

Interventions brèves

Interventions à court terme ou de première intention suivant le modèle de soins par étapes du programme québécois pour les troubles mentaux (PQPTM).

Ces interventions sont offertes aux usagers présentant des symptômes anxieux ou dépressifs d'intensité légère avec un fonctionnement relativement préservé.

1

Tous les cas confirmés ou avec suspicion de troubles mentaux fréquents

● ● ●
Evaluation des
besoins
Orientation

● Psychiatrie
communautaire
Évaluation
Ligne MSRP

● ● ●
Intervention brève

MASM-A

LÉGENDE

- Programme
- Service
- Services spécifiques SMA
- Services spécialisés SMA
- Services psychosociaux généraux SPG
- Services Jeunesse (18 à 25 ans)
- Organisme externe



Évaluation du
trouble mental



Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Est-de-
l'Île-de-Montréal

Québec



ÉTAPE 2 : autosoins individuels et de groupe

Les autosoins sont des interventions structurées dans lesquelles l'utilisateur est l'acteur principal de son cheminement vers le rétablissement.

Groupe Transculturel d'autogestion

Groupe d'autosoins destiné aux adultes issus de l'immigration (1^{re} et 2^e générations) présentant des symptômes anxieux ou dépressifs légers à modérés, en lien avec les défis du parcours migratoire.

Offre SMA en partenariat avec l'organisme communautaire

Accueil aux immigrants de l'Est (AIEM)

Retrouver son entrain

Programme numérique gratuit d'autosoin non dirigé visant à aider les adultes et les jeunes de 14 ans et plus à gérer la déprime, l'anxiété, le stress et les inquiétudes.

<https://retrouversonentrainqc.ca/>



Groupe Mon Rétablissement

Groupe d'éducation psychologique et d'autosoins offert aux adultes présentant des symptômes anxieux ou dépressifs légers à modérés. Il soutient le rétablissement, développe les capacités d'adaptation et contribue à briser l'isolement.

Autosoins Individuels

Suivi individuel offert aux usagers présentant des symptômes anxieux ou dépressifs d'intensité légère à modérée. Il permet d'amorcer rapidement une démarche de rétablissement en misant sur des objectifs concrets, réalistes et atteignables à court terme.

2

Tous les troubles mentaux fréquents / Symptômes d'intensité légère à modérée

● Interventions psychosociales

● Groupe Transculturel d'autogestion

● ● ● Retrouver son entrain

● ● ● Groupe « Mon rétablissement »

● ● Autosoins individuels

LÉGENDE
○ Programme
□ Service
● Services spécifiques SMA
● Services spécialisés SMA
● Services psychosociaux généraux SPG
● Services Jeunesse (18 à 25 ans)
● Organisme externe



Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

Québec

ÉTAPE 3 : suivis psychosociaux, psychothérapie et thérapies de groupe

Groupe de traitement des troubles anxieux

Psychothérapie de groupe destinée aux personnes présentant un trouble anxieux diagnostiqué ou manifeste, d'intensité modérée à élevée. Le programme combine des contenus psychoéducatifs sur les troubles anxieux et l'apprentissage de stratégies thérapeutiques validées scientifiquement.

Psychothérapie

Suivi individuel pour personnes vivant une détresse psychologique ou un trouble mental. La psychothérapie vise des changements concrets dans les pensées, les émotions et les relations.

Interventions psychosociales

Suivis individuels offerts par des professionnels en santé mentale pour soutenir le rétablissement, améliorer le fonctionnement et favoriser la qualité de vie des usagers.

Programme d'acquisition des compétences relationnelles (PAC)

Intervention de groupe s'adressant aux personnes présentant des difficultés d'adaptation en lien avec des difficultés relationnelles et émotionnelles d'intensité légère à modérée.

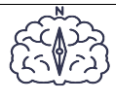
cette offre de services ne fait pas partie de la trajectoire PQPTM

3

Tous les troubles mentaux fréquents/ Symptômes d'intensité modérée à sévère

LÉGENDE

- Programme
- Service
- Services spécifiques SMA
- Services spécialisés SMA
- Services psychosociaux généraux SPG
- Services Jeunesse (18 à 25 ans)
- Organisme externe



Évaluation du trouble mental



● Psychiatrie communautaire (suivi bref)

● Groupe de traitement des troubles anxieux

● Psychothérapie

● Interventions psychosociales

● Groupe PAC

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

Québec