

## Qu'est-ce que le Spectrum?

Le Spectrum est un programme qui regroupe les services de réadaptation psychosociale et de soutien communautaire de l'Institut Douglas pour les personnes atteintes d'un trouble de santé mentale. Son mandat vise à :

- a) Développer des opportunités sociales et communautaires qui permettront aux personnes d'assumer des rôles concrets et significatifs au sein de la société;
- b) Démystifier la maladie mentale et à sensibiliser au rétablissement et à l'inclusion sociale des personnes atteintes d'un trouble de santé mentale grave;

## Renseignements

Les serres sont situés sur les terrains de l'Institut Douglas au 6875 boulevard LaSalle. Tous les autres services se trouvent au

**Centre Wellington**  
**4932 rue Wellington**  
**Verdun (Québec) H4G 1X6**  
**514 768-2668, poste 328**

**N'oubliez pas, le Spectrum est là pour vous !**

# SPECTRUM

**Service de réadaptation psychosociale et de soutien communautaire**

*Douglas*  
INSTITUT MENTAL HEALTH  
UNIVERSITAIRE EN UNIVERSITY  
SANTÉ MENTALE INSTITUTE

[www.douglas.qc.ca](http://www.douglas.qc.ca)

# Services offerts

La gamme de services du Spectrum vise à soutenir le rétablissement des personnes en les aidant à vivre une vie normale, significative dans la communauté, guidée par leurs choix personnels.

## 1. Comité d'accueil et de consultation de rétablissement

Assister les clients au moment de la référence dans les processus suivants :

- a) L'entrevue de rétablissement;
- b) L'orientation dans les services du programme;
- c) Le suivi individuel selon le cas;
- d) Intégration vers d'autres ressources.

Ce comité agit également à titre de consultant auprès des autres intervenants.

## 2. Services de « bien-être » et de rétablissement

Offre des activités artistiques, récréatives et d'intégration communautaire pour aider les personnes à reprendre des habitudes de vie saines qui favorisent et structurent le retour au quotidien.

- a) Atelier de cartes et de fabrication de papier
- b) Atelier d'arts plastiques
- c) Atelier de céramique et de fleurs séchées
- d) Atelier de menuiserie
- e) Café l'Expertise
- f) Serres
- g) Services d'intégration sociale et socioprofessionnelle

(Commissions scolaires de Montréal et Lester B. Pearson)

## 3. Services d'intégration au travail et de rétablissement

Vise à aider et à soutenir les personnes dans leur démarche d'intégration au marché du travail. Ces services offrent un soutien intensif et un accompagnement social dans la trajectoire vers l'emploi.

- a) Programme de soutien à l'emploi IPS
- b) Programme d'accompagnement et d'aide sociale (mesures Interagir)
- c) Boutique Uniquement Vôtre

## 4. Services d'éducation et de rétablissement

Permet aux personnes de poursuivre leur cheminement académique en vue d'obtenir leur diplôme d'études secondaires.

1. Programme adapté de retour aux études du Centre Wellington (français et mathématique de secondaires I à V)
2. Partenariat avec le Pearson Adult Community Center (PACC)

## 5. Module de groupes thérapeutiques et de croissance personnelle

Propose des méthodes d'apprentissage afin d'aider les personnes à acquérir de l'information et des connaissances pour soutenir leur démarche personnelle de rétablissement. Différents modules de rencontre de groupe sont offerts tels que :

1. Connaissance et estime de soi
2. Stratégies de rétablissement, santé et bien-être
3. Gestion de la médication

## 6. Service de pairs aidants

Propose de guider les clients afin de les encourager à développer leur plan d'action personnel de rétablissement (WRAP). Cette démarche se fait de façon individuelle et en groupe.

# Inscription

Vous voulez vous inscrire à Spectrum? Parlez-en à votre intervenant en santé mentale. Celui-ci devra doit faire parvenir à notre secrétariat une requête de services.