

Le [Plan d'action interministériel en santé mentale 2022-2026](#) (PAISM), *S'unir pour un mieux-être collectif*, a été lancé il y a quelques semaines. Il prévoit un budget total de 1 152 959 667 \$ à la santé mentale, dont 361 millions \$ en nouveaux investissements. C'est l'un des investissements les plus importants à ce jour dans les soins et services en santé mentale.

Ce plan d'action vise à permettre l'accès à des services et à un accompagnement en fonction des besoins en matière de santé mentale. Plus précisément, il identifie des mesures concrètes qui auront un impact significatif sur les organismes tels que L'Ancre. Outre les sommes qui seront déployés à la bonification du soutien à la mission des organismes communautaires en santé mentale (mesure 3.1), on s'intéresse entre autres aux mesures qui permettront d'*Outiller davantage les familles et l'entourage des personnes présentant des troubles mentaux ainsi que les intervenants pour favoriser l'utilisation de pratiques permettant d'éviter le recours aux mesures exceptionnelles* (mesure 3.4) et de *Favoriser l'accompagnement par les familles, l'entourage et les différents partenaires par de meilleures pratiques en matière de confidentialité et de partage des renseignements* (mesure 7.5).

Enfin, une autre mesure qui aura un impact majeur sur les services de L'Ancre. Il s'agit du projet *Aider sans filtre : créer des conditions favorables au mieux-être des jeunes touchés par les troubles mentaux, notamment les jeunes proches aidants, avec une approche par et pour les jeunes* (Mesure 4.6). Sous la responsabilité du Réseau Avant de Craquer et déployé avec l'aide de ses associations membres, le projet bénéficie de 7.5 M\$ répartis sur 5 ans. Ainsi, L'Ancre participera concrètement à ce grand déploiement provincial en collaborant à son implantation régionale (Chaudière-Appalaches) et en supervisant les activités pour son territoire de services (Montmagny-L'Islet). Il s'agit là d'une opportunité extraordinaire de développer de nouvelles approches pour rejoindre et soutenir les adolescents et les jeunes adultes.

Ce sera un grand dossier à suivre!

Renée Hébert, Directrice



13 MARS 2022

Lancement en direct de la toute première
JOURNÉE NATIONALE DE PROMOTION DE LA SANTÉ MENTALE POSITIVE.

Sur la page [Facebook](#) de Mouvement Santé Mentale Québec de 16h à 17 h 30.

Animé par [David Goudreault](#), écrivain, poète et travailleur social, cet événement vous entraînera dans l'univers des possibles de la santé mentale positive.

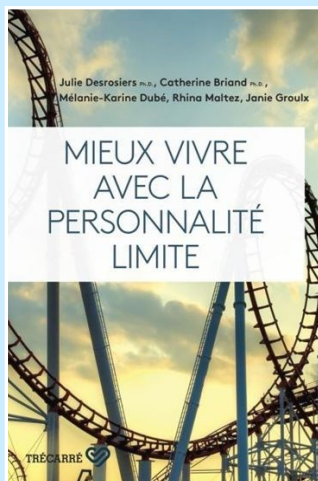


SUGGESTION DE LECTURE

MIEUX VIVRE AVEC LA PERSONNALITÉ LIMITE

Collectif d'auteurs, 2019, 176 pages

Résumé : Cet ouvrage présente le trouble de la personnalité limite (TPL) dans une vision d'espoir et de réconciliation. Il réunit les expertises de chercheurs et de personnes vivant



avec la maladie en abondant, entre autres, la détresse, la stigmatisation, les problèmes de toxicomanie, l'accès aux soins et l'acceptation de soi. Les auteures décrivent les quatre étapes de rétablissement des personnes affectées et proposent des outils concrets pour aller

chercher de l'aide. Deux d'entre elles, atteintes du trouble, partagent des textes inédits qui relatent leur quotidien.

Cet ouvrage est disponible à notre Centre de documentation pour la clientèle de L'Ancre. C'est un service gratuit pour les membres*, n'hésitez pas à l'utiliser!

**Pour les personnes qui ne sont pas membres de L'Ancre, il leur est aussi possible de faire un emprunt à notre Centre de documentation. Il suffit de remettre un dépôt de 10\$ qui sera redonné lors du retour du document emprunté.*



Ouvert à toute personne ayant un proche qui vit avec une problématique de santé mentale majeure et qui réside sur le territoire des MRC de Montmagny et de L'Islet. Pour venir échanger, renouer ou créer des liens en toute simplicité, respect et confidentialité.

Thème général : PRENDRE SOIN DE SOI

Animé par Nadine, intervenante à L'Ancre.

Nombre de participants : 10 à 12

Une priorité sera accordée aux membres de L'Ancre.

Mardi 15 mars, de 18 h 30 à 20 h, au centre communautaire Joly (318, rue Verreault, local 22, Saint-Jean-Port-Joli)

Mercredi 16 mars, de 13 h à 14 h 30, à L'Ancre (227, avenue Collin, Montmagny)

Contactez-nous pour vous inscrire via l'adresse nadine.guilbert@lancre.org ou au 418 248-0068 en précisant vos noms et adresses postales au plus tard le 14 mars. Une confirmation vous sera retournée avec les objectifs et les consignes que l'on se donne. Café et biscuits vous seront offerts sur place. – **GRATUIT**

N.B. Un contact préalable est requis pour les personnes qui utilisent les services de L'Ancre pour la première fois (en personne, par téléphone ou par zoom).

Nadine Guilbert, intervenante psychosociale

NOUVELLE APPLICATION

DROITS ET RESSOURCES SANTÉ MENTALE

Droits et Ressources Santé Mentale est une application **GRATUITE** qui permet à son utilisateur de s'informer sur ses droits et de trouver les différentes ressources en santé mentale les plus proches géographiquement. Elle comprend aussi des vidéos d'information et des baladodiffusions sur les droits en santé mentale. En plus de contenir de l'information sur vos droits, l'interface permet d'appeler une ressource, de consulter son site Web ou Facebook, d'avoir l'itinéraire jusqu'à la ressource ou d'y envoyer un courriel et ce, directement à partir de votre téléphone et sans intermédiaire.

Cette application est une initiative de L'A-Droit Chaudière-Appalaches (groupe régional de promotion et de défense de droits en santé mentale). Pour plus de renseignements : <https://ladroit.org/ladroit/drsm/>



QUAND RESPONSABILITÉS RIMENT AVEC SACRIFICE

Atelier pour tous!

Clochette, Peter Pan et Capitaine Crochet, histoire familière qui a fait rêver nombreux enfants de toutes les merveilles du Pays Imaginaire. Raconteuse d'histoire, Wendy, fille aînée de la famille Darling, a une imagination débordante et un sens des responsabilités bien accomplis. Son histoire commence lorsqu'elle rencontre le héros de toutes les histoires qu'elle raconte : Peter Pan.

Peter, enfant éternel, insouciant et un peu narcissique, se prend d'amitié pour la jeune femme prête à sacrifier beaucoup pour l'amour de ceux qui l'entourent. De là découle une relation complexe entre le goût du plaisir de Peter et de la prise en charge faite par Wendy sur tous les aspects de la vie de Pan. Elle fait de son mieux pour qu'il n'ait pas d'ennuis. Quant à lui, Pan se montre irresponsable et dépendant.

En apparence, Wendy est indispensable dans la vie du jeune garçon, mais ce dernier est indifférent face à l'aide qu'il reçoit. Ce type de relation vous est-il familier ?

On dit souvent que pour écrire, on s'inspire de ce que l'on connaît. Peut-être connaissez-vous des Wendy et des Peter, ou peut-être que vous vous reconnaissez dans la dynamique relationnelle de ces deux personnages ? Venez découvrir comment ces personnalités se traduisent parfois lorsqu'on parle de problématique en santé mentale.

Pour s'inscrire : 418 248-0068 ou intervention@lancre.org

*Atelier d'information en présentiel : port du masque obligatoire lors de déplacement. GRATUIT.



Image repérée à : [pinterest.ca](https://www.pinterest.ca)

QUAND : Lundi, 28 mars 18 h à 19 h
Mercredi, 30 mars 9 h à 10 h
LIEU : L'Ancre, 227 av. Collin,
Montmagny

Clarice Richard, stagiaire

L'ANCRE

418 248-0068 | info@lancre.org
www.lancre.org

J'AIME! J'ADORE!

Suivez toutes les activités et les actualités reliées aux troubles de santé mentale sur notre page Facebook.

[@lancredoutientourage](https://www.facebook.com/lancredoutientourage)

Retrouvez-nous bientôt sur Instagram!

