

Bienvenue aux Services communautaires de santé mentale et de traitement des dépendances

Régions d'Halifax,
d'Eastern Shore et de
West Hants

Also available in English: *Welcome to Community
Mental Health and Addictions: Halifax area,
Eastern Shore and West Hants* le (WM85-1877)



www.nshealth.ca

Bienvenue aux Services communautaires de santé mentale et de traitement des dépendances

La santé mentale est importante pour tout le monde. De nombreuses personnes ont des préoccupations en matière de santé mentale de temps en temps. Le bien-être mental concerne la façon dont vous faites face aux hauts et aux bas de la vie quotidienne. Ce n'est pas la même chose que la maladie mentale.

La maladie mentale fait référence à divers problèmes de santé mentale qui peuvent affecter votre humeur, vos pensées et votre comportement. Elle peut entraîner des problèmes dans votre gestion du travail, de l'école ou de vos relations.

Nous sommes une équipe de professionnels de la santé mentale et du traitement des dépendances. Nous pouvons vous aider, vous et votre famille, à gérer votre maladie mentale ou votre dépendance et à travailler à votre rétablissement.

Votre plan de traitement peut inclure un traitement individuel ou de groupe, la gestion des médicaments, de l'information ou de l'éducation, ou la mise en relation avec des ressources dans la communauté ou en ligne.

Nos services sont proposés de façon sécuritaire et respectueuse. Vous n'avez rien à payer.

Vous êtes l'expert lorsqu'il s'agit de vos expériences

- Le traitement est un processus de changement. Il est très important que vous y participiez activement.
- **Nous travaillerons ensemble pour fixer des objectifs sur lesquels vous pourrez travailler entre les séances.**
- Votre famille et vos amis peuvent vous aider en vous offrant leur soutien. Nous les encourageons à prendre part à votre traitement. Nous vous demanderons quelle information vous souhaitez partager avec les personnes qui vous soutiennent.
- Vous pouvez nommer quelqu'un pour agir en votre nom si vous n'êtes pas en mesure de prendre des décisions au sujet de vos soins de santé. Parlez à votre équipe de soins de santé au sujet du choix d'un mandataire spécial.
- Pour plus d'information sur la confidentialité et le partage des renseignements personnels sur la santé, veuillez demander les dépliants suivants à l'intention des patients.
 - › *Circle of Support and Circle of Care: Sharing Information and Working Together* (en anglais seulement)
 - › *La confidentialité de vos renseignements médicaux à la Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse*
 - › *Vos droits et vos responsabilités*

N'hésitez surtout pas à poser des questions sur votre traitement en tout temps. Nous sommes là pour vous aider.

Votre sécurité nous tient à cœur!

- Informez un membre de votre équipe de soins de santé si vous avez des préoccupations au sujet de votre sécurité et de celles de vos proches ou de votre bien-être et de celui de vos proches.
- Parlez-nous de tous les changements apportés à vos médicaments et de toutes vos allergies.
- Santé Nouvelle-Écosse est un milieu sans substance. Cela comprend le tabac, le vapotage, l'alcool et les produits de jeu.
- Santé Nouvelle-Écosse est un milieu sans parfum. Veuillez ne pas porter de parfum ou de produits parfumés dans nos établissements.
- Le lavage des mains est la meilleure façon de prévenir la propagation des infections.
- Veuillez nous informer si vous avez des préoccupations liées à votre mobilité (vos déplacements) ou s'il est difficile pour vous de marcher. Nous vous aiderons quand vous serez à la clinique. Nous pouvons vous fournir de l'information sur les façons d'éviter les chutes à la maison.

- Nous sommes un établissement d'enseignement. Nous pourrions vous demander si vous souhaitez travailler avec un étudiant ou faire partie d'un projet de recherche. C'est à vous de choisir de participer ou non. Vous pouvez changer d'avis à tout moment. **Votre décision n'affectera pas vos soins.**

Ressources

En cas d'urgence, appelez le 911 ou rendez-vous au service des urgences le plus près.

Ligne téléphonique provinciale d'intervention d'urgence en santé mentale

- › Téléphone : 902-429-8167
- › Téléphone sans frais : 1-888-429-8167

Programme de santé mentale et de traitement des dépendances

- › www.MHAhelpNS.ca

211 Nova Scotia

- › Téléphone : 211
- › www.ns.211.ca

Remarque - Si votre demande est urgente, **appelez le 211**. Les courriels ne sont pas surveillés 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, mais les appels téléphoniques le sont.

Rétroaction

Nous aimerions recevoir vos commentaires ou savoir ce qui vous inquiète ou vous préoccupe. Les patients, clients et familles nous permettent d'apprendre chaque jour. Cela nous aide à améliorer nos services. Voici ce que vous pouvez faire :

- Faites part de votre rétroaction à votre clinicien.
- Appelez la clinique et demandez à parler au gestionnaire.
- Communiquez avec les relations avec les patients.
 - › Téléphone sans frais : **1-844-884-4177**
 - › Courriel : healthcareexperience@nshealth.ca
- Remplissez une fiche de commentaires dans nos salles d'attente.

Veillez remplir un questionnaire portant sur votre expérience. Vous trouverez ce questionnaire dans nos salles d'attente ou en ligne à :

- › www.nshealth.ca/mha-surveys
(en anglais seulement).

Votre rétroaction est importante.

Notes :

Vous avez besoin d'autre information sur des questions de santé?

Vous trouverez la présente publication et toutes nos autres ressources à l'intention des patients à <https://library.nshealth.ca/PatientEducation> (en anglais seulement). Communiquez avec la bibliothèque publique de votre région pour obtenir des livres, des vidéos, des magazines et d'autres ressources. Pour plus d'information, allez à <http://library.novascotia.ca/fr>. Vous pouvez parler à une infirmière autorisée en Nouvelle-Écosse en tout temps, en composant le 8-1-1. Vous pouvez aussi consulter le <https://811.novascotia.ca/?lang=fr>. Pour découvrir d'autres programmes et services offerts dans votre collectivité, composez le 2-1-1 ou allez à <http://ns.211.ca> (en anglais seulement).

*Santé Nouvelle-Écosse fait la promotion d'un environnement sans fumée, sans vapeur et sans parfum.
Nous vous remercions de ne pas porter ni utiliser de produits parfumés.
www.nshealth.ca*

Préparation : Services de santé mentale et de traitement des dépendances, régions d'Halifax, d'Eastern Shore et de West Hants

Conception : Services de la bibliothèque de Santé Nouvelle-Écosse

Les renseignements contenus dans la présente publication sont fournis uniquement à titre d'information et d'éducation. Ils ne remplacent pas les conseils médicaux ou les soins de santé offerts par un professionnel de la santé. Si vous avez des questions, veuillez communiquer avec votre fournisseur de soins de santé.

FF85-1903 © Mai 2021 Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse

Les renseignements contenus dans la présente publication sont mis à jour tous les trois ans ou au besoin.