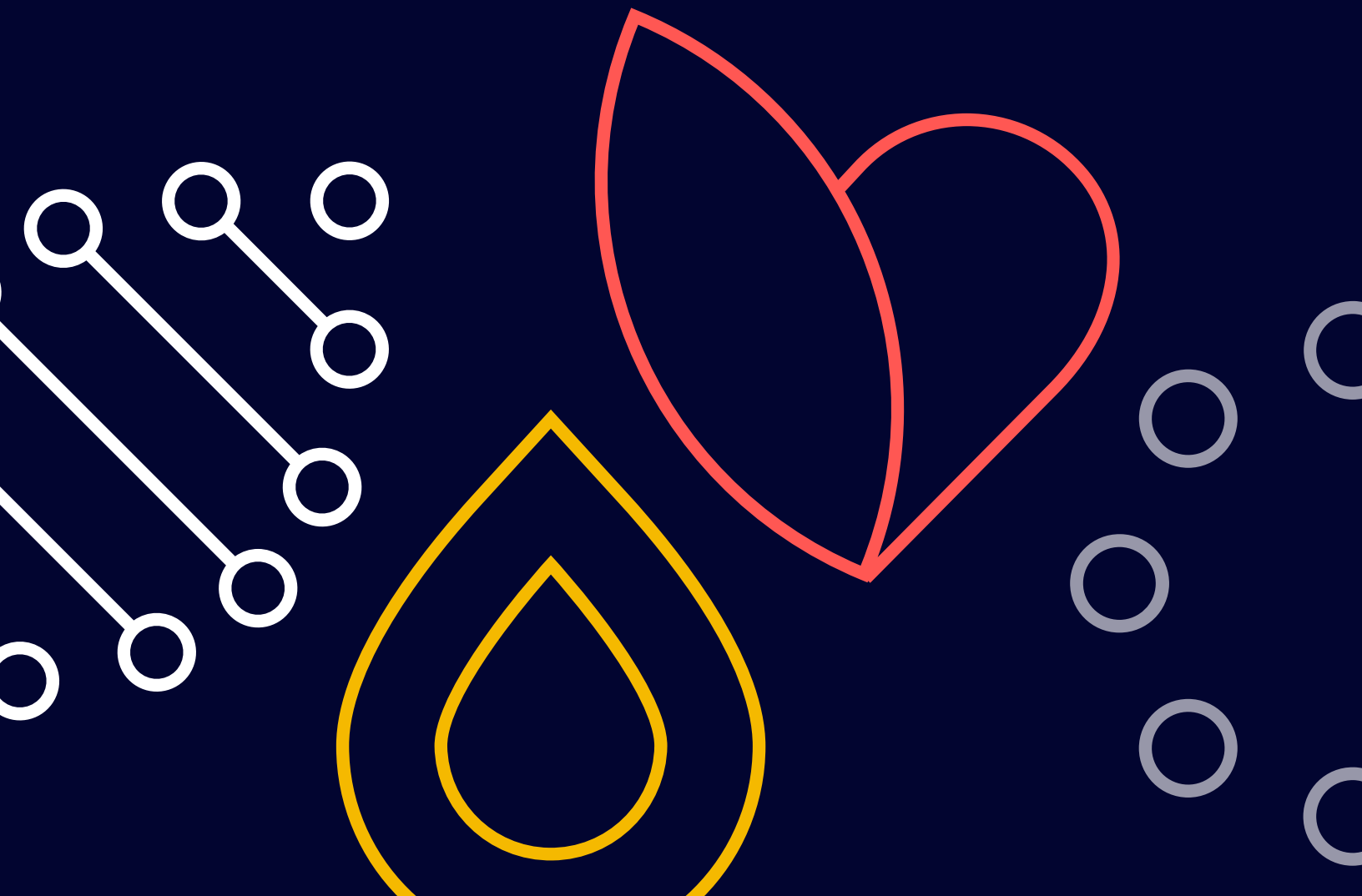




Fondation  
Hôpital  
Général  
Juif

# UNITÉ DE SANTÉ DE L'ADOLESCENT FAMILLE VICKI ET STAN ZACK

RAPPORT D'IMPACT  
OCTOBRE 2023



# UNITÉ DE SANTÉ DE L'ADOLESCENT FAMILLE VICKI ET STAN ZACK

## RAPPORT D'IMPACT

### Contexte actuel

Depuis 2020, la détérioration de la santé mentale des adolescents est une préoccupation croissante qui a pris des proportions pandémiques.

Selon les statistiques de la Régie de l'assurance maladie du Québec pour les années 2019 à 2021 :

- La consommation d'antidépresseurs a augmenté de **28 %** chez les jeunes de 14 ans et moins.
- Le nombre de tentatives de suicide a augmenté de **23 %** chez les jeunes de 15 à 19 ans.
- Les visites au service d'urgences d'adolescents ayant des problèmes de santé mentale ont augmenté de **120 %**.

Vos dons sont essentiels pour aider l'Unité de santé de l'adolescent Famille Zack à améliorer la vie des jeunes des différentes communautés de Montréal. Nous tenons à vous remercier.

**« Votre soutien se manifeste à un moment essentiel, et nous en sommes extrêmement reconnaissants. » – D<sup>r</sup> Perry Adler, directeur, Unité de santé de l'adolescent Famille Zack, et du programme d'internat et de formation en psychologie, Centre de médecine familiale Herzl Goldman, HGJ**

### À propos de l'Unité de santé de l'adolescent Famille Zack

Depuis 1985, l'Unité de santé de l'adolescent Famille Zack offre un vaste éventail de soins de santé aux jeunes de 13 à 19 ans. Financée par les donateurs, elle est un lieu de formation en médecine et en psychothérapie pour adolescents où les résidents en médecine familiale et en psychologie acquièrent une expérience pratique des approches les plus actuelles basées sur des données probantes.

Proposant des séances de psychothérapie individuelle et en groupe, l'Unité offre du soutien en santé mentale aux adolescents qui vivent avec différents problèmes, comme la dépression, les tendances suicidaires, les troubles de l'anxiété, l'automutilation, les abus physiques et sexuels, le TDAH, les troubles alimentaires, la toxicomanie, l'intimidation, les conflits familiaux, la difficulté à gérer la colère et le trouble de stress post-traumatique.



En plus des services en santé offerts au Centre de médecine familiale Herzl Goldman, l'Unité a mis en place un programme de sensibilisation auprès d'environ 40 écoles secondaires de la région de Montréal. Lors des interventions dans les écoles, les médecins, les résidents et les étudiants en médecine discutent avec les jeunes de sujets variés, y compris la santé sexuelle, la santé mentale et la toxicomanie.

## Une équipe interdisciplinaire exceptionnelle

L'équipe de l'Unité de santé de l'adolescent Famille Zack s'assure que chaque adolescent reçoit d'excellents services qui répondent à leurs besoins médicaux et psychologiques.

Voici un aperçu de certains membres de l'équipe et de leur travail auprès des patients :

### **Médecins résidents**

Nos médecins résidents réalisent les entrevues initiales avec tous les nouveaux patients adolescents, ils se penchent sur leurs besoins biomédicaux et psychosociaux et les orientent vers les services appropriés (les services de psychologie de l'Unité, par exemple).

### **Internes en psychologie**

Les quatre internes en psychologie de l'Unité de santé de l'adolescent Famille Zack jouent un rôle important dans notre approche interdisciplinaire. Leur principale priorité est de fournir des services de psychothérapie aux adolescents pour traiter leurs problèmes de santé mentale. Ils effectuent également des rencontres de suivi pour aider les médecins résidents à peaufiner leurs diagnostics psychologiques, à évaluer le risque de suicide et à vérifier comment les patients réagissent aux antidépresseurs. Les internes fournissent aussi des services de consultation psychosociale au personnel médical et infirmier.

### **Infirmière de l'équipe**

Le rôle de notre infirmière est d'empêcher nos patients de tomber entre les mailles du filet de notre système de santé. Elle effectue un suivi auprès des patients orientés vers d'autres services et communique avec les jeunes à risque pour s'assurer qu'ils sont en sécurité et suivent leur plan de traitement. Elle dispose d'un téléphone cellulaire pour pouvoir communiquer par message texte (mode de communication préféré des adolescents) et assurer un suivi étroit. Elle s'occupe des problèmes de nature biomédicale et psychosociale que vivent les adolescents et est une ressource indispensable à l'Unité de santé de l'adolescent Famille Zack.



## Dernières nouvelles de l'Unité de santé de l'adolescent Famille Zack

La générosité des donateurs a un impact considérable sur l'Unité de santé de l'adolescent Famille Zack. Votre soutien continu contribue à aider les adolescents de la région de Montréal à devenir des personnes plus fortes et plus résilientes. Merci.

### **Psychothérapie individuelle et en groupe**

L'Unité continue d'offrir aux adolescents des séances de psychothérapie individuelle et en groupe (près de 2 000 chaque année).

La psychothérapie individuelle est offerte en personne ou par visioconférence, selon ce qui convient le mieux à chaque jeune.

Les séances de psychothérapie en groupe sont offertes par visioconférence. Elles fournissent un milieu sûr où les adolescents peuvent recevoir le traitement dont ils ont besoin. À chaque séance, les jeunes participants apprennent des stratégies et des techniques basées sur des données probantes dont l'efficacité a été prouvée pour traiter différents problèmes de santé mentale. Ils ont ainsi des outils pour les aider à gérer les émotions intenses et désagréables et lutter contre l'envie d'adopter des comportements autodestructeurs ou des actes suicidaires.

Les approches suivantes sont enseignées dans les séances de groupe :

- Thérapie cognitivo-comportementale
- Pleine conscience
- Thérapie d'acceptation et d'engagement
- Formation sur les relations et l'efficacité interpersonnelles

Les séances de groupe créent des occasions d'interactions pour les adolescents qui vivent des difficultés similaires. Cela contribue grandement à réduire le sentiment d'isolement et de solitude et à améliorer le bien-être général des jeunes participants.

### **Tri des patients**

Compte tenu de l'augmentation du taux de suicide chez les adolescents depuis la pandémie de COVID-19, l'Unité de santé de l'adolescent Famille Zack a modifié son questionnaire de tri pour mieux évaluer le risque de suicide chez les jeunes patients.

### **Sensibilisation**

Les programmes de sensibilisation sont essentiels pour rendre les renseignements importants sur la santé et le soutien en santé mentale accessibles au plus de jeunes possible.

Le programme de sensibilisation de l'Unité de santé de l'adolescent Famille Zack pour les écoles secondaires a connu une autre bonne année. Il soutient annuellement entre 8 750 et 10 000 élèves du secondaire. Les médecins et les stagiaires en médecine ont visité deux écoles chaque mois de l'année scolaire. Les jeunes ont pu poser de manière anonyme leurs questions liées à la santé physique et mentale, et nos experts du domaine médical y ont répondu.



Les séances interactives sont bien reçues par les élèves et le personnel des écoles, et elles contribuent de plusieurs façons à la santé et au bien-être des jeunes participants.

### **Formation en milieux scolaires**

Dans le but de renforcer les programmes de santé mentale pour les adolescents dans les écoles, l'Unité de santé de l'adolescent Famille Zack a créé une série de huit ateliers pour les conseillers en orientation, les psychologues, les travailleurs sociaux et les autres membres du personnel des services aux élèves pour les aider à mieux gérer les problèmes de santé mentale croissants de leurs élèves.

Les participants à ces ateliers apprennent des stratégies qu'ils peuvent enseigner à leurs élèves pour les aider à prendre soin de leur santé mentale. Voici les sujets abordés :

- L'esprit d'un adolescent
- La pleine conscience : Être dans l'instant présent
- Surfer sur la vague : stratégies de régulation des émotions
- Techniques de base pour tolérer la détresse
- Gérer les pensées dommageables : compétences de restructuration cognitive et de désintrication des pensées
- Gérer l'automutilation et la suicidalité
- Introduction à la thérapie d'exposition

Jusqu'à présent, les ateliers ont été donnés à la Commission scolaire English Montreal et à l'Association des écoles privées du Québec.

### **La suite**

L'Unité de santé de l'adolescent Famille Zack prend actuellement des mesures pour élargir l'accès à sa série de huit ateliers au Québec.

Nous collaborons avec une commission scolaire des Premières Nations pour créer des versions modifiées des ateliers avec des stratégies culturellement adaptées qui répondront aux besoins des jeunes autochtones. Au moyen d'une approche collaborative, le personnel des services aux élèves, les élèves, les administrateurs, les représentants du secteur de la santé et les responsables communautaires apporteront leur connaissance de la langue, de la culture, des problèmes de santé mentale et des méthodes de traitement de leur communauté pour aider à façonner les interventions basées sur des données probantes de nos ateliers. Cette approche garantira que nos ateliers sont bien conçus pour favoriser la santé des jeunes autochtones.

Les ateliers seront aussi traduits en français et offerts au personnel des services aux étudiants des écoles francophones de la province.



**Vos dons permettent à l'Unité de santé de l'adolescent Famille Zack d'offrir des services en santé mentale adaptés aux besoins et aux circonstances en évolution des adolescents.**

**L'ÉQUIPE DE L'UNITÉ DE SANTÉ DE L'ADOLESCENT  
FAMILLE ZACK VOUS REMERCIE SINCÈREMENT**

