



## INSTITUT DES FAMILLES SOLIDES (IFS) FOIRE AUX QUESTIONS

### Institut des Familles Solides

#### **Q : Qu'est-ce que l'Institut des Familles Solides (IFS)?**

**R :** L'IFS est un organisme sans but lucratif établi en Nouvelle-Écosse qui fournit des services de soutien aux enfants et aux familles sollicitant de l'aide sur des questions relatives à la santé mentale, ainsi que sur d'autres problèmes qui ont une incidence sur le bien-être.

Les soins sont offerts aux familles par l'entremise de séances téléphoniques avec des conseillers. Des documents et des outils éducatifs qui complètent les séances de counseling sont postés au domicile des familles.

Les services de l'IFS sont actuellement disponibles dans huit administrations canadiennes.

#### **Q : Pourquoi le Ministère a-t-il choisi Familles Solides?**

**R :** Grâce à ses activités d'échanges avec le public dans tout le Nord, le Ministère a relevé que les Ténos demandent des options et des modes de soutien supplémentaires.

Notre relation avec la Commission de la santé mentale du Canada, les recherches et les échanges avec les autres administrations canadiennes qui utilisent déjà l'IFS et d'autres échanges avec les résidents ont permis d'identifier l'IFS comme choix potentiel pour les Territoires du Nord-Ouest. De plus, une occasion de partenariat financier était disponible avec Bell Cause pour la cause qui travaille pour rendre Familles Solides disponible dans l'ensemble des territoires et provinces du pays.

Le partenariat avec Bell est une excellente occasion d'offrir de nouveaux services aux Ténos. 00

#### **Q : Est-ce qu'une entreprise des TNO pourrait offrir ces services?**

**R :** En ce moment, il n'existe aucun service comparable aux TNO ou ailleurs au Canada.

Les programmes d'IFS sont fondés sur des données probantes et les intervenants ont reçu une formation poussée et spécialisée pour fournir ce type de soutien à distance. Nous sommes heureux que les Ténos aient accès à ce type de programmes spécialisés.

#### **Q : Quel est le rôle de Bell cause pour la cause dans l'offre de Familles Solides aux TNO?**

**R :** Bell cause pour la cause se consacre à l'avancement de la santé mentale au Canada en faisant la promotion de la sensibilisation et du passage à l'action.

Bell cause pour la cause fournit 50 000 \$ par année sur une période de 5 ans (pour un total de 250 000 \$) pour la mise en place de Familles Solides aux TNO. Le ministère de la Santé et des Services sociaux égalera cet investissement en versant 250 000 \$ sur 5 ans.

Cet investissement conjoint permettra à environ 100 familles d'accéder aux programmes chaque année.

**Q : Pourquoi le Ministère se tourne-t-il vers les options de services électroniques en santé mentale pour les TNO?**

R : En offrant des programmes de services électroniques en santé mentale comme l'Institut des Familles Solides (IFS) dans l'ensemble des TNO, nous donnons aux Tenois plus d'options pour répondre à leurs besoins uniques.

Cette mesure répond directement aux commentaires des résidents qui nous ont indiqué souhaiter des approches différentes par rapport aux soins et davantage d'options pour recevoir les services.

Familles Solides est la première d'une série d'options de services électroniques en santé mentale présentées dans le cadre de l'approche de soins intégrés pour la prestation de services en santé mentale et en traitement des dépendances, et du Plan d'action sur le mieux-être psychologique et le traitement des dépendances sur deux ans.

Nous cherchons à aiguiller les gens vers les soins les plus appropriés, au bon moment, au bon endroit et avec la bonne personne, en fonction de leur choix.

**Programmes de l'Institut des Familles Solides et accès aux programmes**

**Q : Quels types de programmes sont offerts par l'IFS?**

R : L'IFS offre une variété de programmes conçus pour les familles. Les familles peuvent accéder à six programmes clés, selon leurs besoins :

- **ICAN (Conquer Anxiety and Nervousness – Vaincre l'anxiété et la nervosité) – Programme sur l'anxiété (de 18 à 30 ans)**
  - Informe les adultes au sujet de l'anxiété et les guide pendant leur apprentissage d'aptitudes pour surmonter l'anxiété et l'inquiétude excessive, et de stratégies pour gérer les principaux facteurs de stress. Ce programme permet de diminuer l'anxiété et le stress, tout en favorisant la confiance en soi et l'autonomie.
- **Être parent d'un enfant actif – Programme sur les difficultés de comportement (enfants âgés de 3 à 12 ans)**
  - Ce programme a pour but d'aider les parents à apprendre à faire face aux problèmes de comportement communs chez l'enfant, tels que les crises de

colère, l'agressivité verbale et physique, la tendance à ne pas écouter ainsi que les troubles de déficit de l'attention.

- **Se débarrasser de ses inquiétudes – Programme sur l'anxiété (enfants âgés de 6 à 17 ans)**
  - Ce programme vise à sensibiliser les parents et les enfants au sujet de l'anxiété et permet de les guider pour qu'ils acquièrent des compétences en matière de relaxation et afin de savoir comment ils peuvent faire face aux préoccupations de la vie courante. Ce programme traite typiquement des difficultés reliées à la séparation de proches et aux préoccupations sur la performance, et de la gestion de peurs spécifiques.
- **Vaincre l'anxiété – Programme sur l'anxiété (de 12 à 17 ans)**
  - Ce programme vise à sensibiliser les parents et les jeunes au sujet de l'anxiété et permet de les guider pour qu'ils acquièrent des compétences en matière de relaxation et afin de savoir comment ils peuvent faire face aux préoccupations de la vie courante. Le programme traite typiquement des difficultés et des inquiétudes liées à la performance, à l'anxiété sociale et aux peurs particulières.
- **Nuits sèches à venir – l'énurésie (faire pipi au lit) (5 à 12 ans)**
  - Ce programme aide les enfants à surmonter l'énurésie avec l'utilisation d'un système de récompense et d'une alarme de l'urine, et l'assistance téléphonique hebdomadaire d'un conseiller.
- **Se débarrasser de la douleur – Maux de tête récurrents et douleur abdominale (9 à 16 ans)**
  - Ce programme est axé sur l'enseignement de la gestion du stress, l'évitement des déclencheurs, les modifications alimentaires et l'utilisation appropriée des médicaments sans ordonnance, et offre l'assistance téléphonique hebdomadaire d'un conseiller.

**Q : En quoi les programmes de l'IFS sont-ils différents de ceux qui sont actuellement offerts aux TNO?**

**R :** La mise en place des programmes de l'IFS aux TNO offre plus d'options de soins aux enfants et aux familles du Nord. Les résidents nous ont dit qu'ils veulent plus d'options et d'autres façons de recevoir du soutien. La mise en place de Familles Solides est une façon de répondre à ces besoins.

Les programmes de l'IFS sont principalement offerts par séances téléphoniques avec des conseillers. Des documents en format papier sont également envoyés aux familles par la poste.

Les programmes de l'IFS sont faciles d'accès – les membres de la famille n'ont pas à s'absenter du travail ou de l'école, et n'ont pas besoin de services de garderie pour utiliser les programmes. Il n'y a pas de liste d'attente pour le service et celui-ci est offert de façon souple, notamment en permettant les séances en soirée.

À titre d'exemple, les parents terminent leur journée de travail, mettent leurs enfants au lit, s'assoient confortablement avec une tasse de thé et discutent avec leur conseiller IFS.

Il n'y a pas de préoccupations concernant la confidentialité, car les familles reçoivent le service par téléphone dans le confort et l'intimité de leur domicile.

**Q : Dans quelles langues les programmes de l'IFS sont-ils disponibles?**

R : Français et anglais.

**Q : Est-ce que Familles Solides est maintenant la seule option offerte aux familles?**

R : L'IFS ne remplace aucun programme ou service actuellement offert aux TNO. Les familles et les personnes peuvent utiliser les programmes de l'IFS séparément ou conjointement avec d'autres services.

Les familles peuvent également refuser l'utilisation de l'IFS si elles estiment qu'il ne s'agit pas du meilleur choix pour elles.

**Q : À quel moment les programmes IFS seront-ils disponibles aux TNO?**

R : Après le lancement de l'IFS aux TNO le 15 janvier 2020, des séances de formation sont prévues avec le personnel de l'ensemble des TNO. Les Ténos pourront utiliser les programmes à compter du 20 janvier 2020.

**Q : Comment les Ténos pourront-ils accéder aux programmes de l'IFS?**

R : Au début, les aiguillages vers l'IFS seront faits par l'entremise du Programme de counseling communautaire. Si un résident croit qu'il pourrait bénéficier des programmes offerts par l'IFS, il peut se recommander lui-même à un conseiller en communiquant avec le bureau local ou régional du Programme de counseling communautaire.

Ensuite, on prévoit d'augmenter le nombre et le type de professionnels de la santé et des services sociaux qui peuvent recommander des gens à l'IFS.

**Q : Quel sera l'effet des temps d'attente du Programme de counseling communautaire sur l'accès à l'IFS?**

**R :** La plupart des collectivités n'ont pas de temps d'attente pour les services de counseling. On remarque des temps d'attente principalement dans certains de nos centres régionaux.

Dans les collectivités plus grandes qui ont des temps d'attente, des rendez-vous le jour même sont offerts. Une personne qui souhaite discuter d'une recommandation à l'IFS peut rencontrer un conseiller grâce à un rendez-vous le jour même.

En offrant davantage d'options de services, la mise en œuvre de programmes comme ceux de l'IFS permettra de diminuer les temps d'attente dans les collectivités concernées.

**Q : Comment ce programme fonctionnera-t-il dans les petites collectivités?**

**R :** Puisqu'il s'agit d'un service à distance, l'IFS sera offert dans l'ensemble des TNO, même dans nos collectivités les plus petites.

Les Ténéois peuvent se recommander eux-mêmes à leur conseiller. Dans les collectivités qui ne comptent pas de conseiller, les résidents peuvent communiquer avec leur bureau régional du Programme de counseling communautaire pour obtenir une recommandation à l'IFS.

**Q : De quelle façon le Ministère a-t-il préparé l'IFS à offrir des services aux collectivités ténéoises?**

**R :** Tous les conseillers accrédités de l'IFS ont reçu une formation de haut niveau sur le travail avec les enfants et les familles, et sur la diversité.

De plus, le Ministère a produit et partagé des documents de formation et de sensibilisation pour informer le personnel et les conseillers de l'IFS sur le contexte et la culture uniques des TNO et sur les réalités propres à nos petites collectivités nordiques.

Les dirigeants de l'IFS sont déjà venus aux TNO et reviendront si nécessaire pendant notre partenariat.

**Q : Comment ce programme peut-il entraîner un changement?**

**R :** L'IFS est un complément aux services qui existent déjà aux TNO. Il ne remplace aucun service ou soutien existant et ne limite pas les personnes et les familles en ce qui concerne le nombre ou le type de soutiens qu'elles choisissent d'utiliser.

L'IFS est lancé dans le Nord en plus des options actuellement offertes aux Ténéois. Comme nous offrons une nouvelle option de soutien, les familles peuvent choisir ce qui fonctionne pour elles et ce qui correspond à leurs besoins. Cette démarche s'inscrit dans une approche des soins adaptée à la culture et axée sur les personnes et les familles.

En offrant plus d'options aux Ténois, nous améliorons l'accès aux services et aidons à diminuer les listes d'attente pour les services de counseling (là où elles existent).

Les programmes de l'IFS peuvent offrir du soutien à une famille qui vit dans une petite collectivité dépourvue de conseiller, à domicile, au moment qui lui convient.

**Q : Combien de personnes profiteront de la mise en œuvre de l'IFS aux TNO?**

**R :** Grâce au partenariat avec Bell, nous aurons suffisamment de ressources pour aider environ 100 familles ténoises à accéder aux programmes de Familles Solides chaque année.

La mise en œuvre fera l'objet d'un suivi afin de déterminer l'orientation et les besoins futurs.

**Q : Quels avantages les gens devraient-ils tirer des programmes de l'IFS?**

**R :** L'IFS offre un soutien expert et spécialisé pour de nombreux problèmes de santé mentale et de comportement de gravité moyenne destiné aux enfants, aux adultes et aux familles.

Les programmes de l'IFS permettent d'offrir des soins de façon très accessible, sans liste d'attente ou autres obstacles. Ils sont conçus en fonction de la vie des gens puisqu'ils constituent des options et des choix au-delà des soins offerts en personne.

Si vous voulez ces informations dans une autre langue officielle, téléphonez-nous au 1-855-846-9601.

If you would like this information in another official language, contact us at 1-855-846-9601.