



Merci de faire partie de la communauté qui fait preuve de tant de compassion envers ses enfants et de poursuivre la conversation sur la santé mentale des enfants et des adolescents. Chaque dollar donné aux programmes et services de santé mentale du CHEO et chaque effort des donateurs pour montrer aux jeunes qu'ils ne sont pas seuls changent des vies. Au CHEO, la demande de services en santé mentale augmente de façon constante et significative d'une année à l'autre, qu'il s'agisse de services d'urgence, de soins hospitaliers, de soins ambulatoires ou de soins communautaires.

Les enfants qui sont en bonne santé mentale ont tendance à avoir une meilleure qualité de vie et à mieux fonctionner à la maison, en milieu scolaire et au sein de leur communauté. Les besoins de santé mentale non traités pendant l'enfance peuvent avoir des répercussions tout au long de la vie, affectant non seulement les résultats scolaires mais aussi la vie familiale, l'épanouissement personnel et le développement des compétences essentielles à la vie.

L'équipe diversifiée d'experts en santé mentale du CHEO travaille sans relâche pour offrir un soutien en santé mentale à un plus grand nombre d'enfants et de familles dans notre région. Les impacts présentés dans ce rapport illustrent comment vos généreuses contributions ont permis à cette équipe d'alléger certaines des pressions associées au nombre élevé de patients, de faire face à l'impact de la pandémie, d'améliorer la sécurité des patients et de fournir un accès plus rapide aux soins de santé mentale. Ensemble, nous donnons de l'espoir aux enfants, aux adolescents et aux familles.

## Services de toxicomanie pour les enfants et les adolescents du CHEO

Il est important d'avoir des conversations sécuritaires, productives et ouvertes sur la consommation d'alcool et de drogues. Grâce à la générosité des donateurs, les patients et le personnel du CHEO ont accès à un conseiller en toxicomanie du centre Rideauwood Addiction and Family Services à Ottawa. Qu'il s'agisse de former le personnel de l'hôpital sur les questions de toxicomanie et de mettre des ressources à leur disposition ou de faire le suivi des patients qui ont reçu leur congé après avoir été admis au CHEO dû à une surdose de drogues, ce service financé par la communauté a un impact majeur sur la santé et le bien-être des jeunes et de leurs familles. L'accès à un conseiller en toxicomanie peut faire du rétablissement à long terme une possibilité plus réaliste. Le conseil augmente les chances d'obtenir des résultats positifs, d'améliorer la qualité de vie et de réduire les taux de rechute chez les jeunes. De plus, grâce au counseling, les jeunes apprennent et adoptent des mécanismes d'adaptation et ont accès aux ressources dont ils ont besoin pour réussir leur rétablissement.

## Le CHEO est le premier hôpital pédiatrique au Canada à effectuer un dépistage universel du suicide

En 2023, le personnel infirmier du CHEO a dépisté des pensées suicidaires chez 874 enfants et adolescents, et 78 d'entre eux ont fait l'objet d'une évaluation des risques par des professionnels de la santé mentale. Les parents et les enfants disent aux experts du CHEO que les enfants et les adolescents d'aujourd'hui sont confrontés à des risques plus élevés de pensées suicidaires et d'automutilation. Grâce à des fonds provenant de donateurs, l'une

des initiatives du CHEO permet de faire face à ce problème. Le programme « De la tête aux pieds au CHEO » est un programme dans le cadre duquel les professionnels de la santé demandent à tous les enfants de 12 ans et plus qui sont admis au CHEO pour quelque raison que ce soit s'ils ont des pensées suicidaires ou s'ils en ont déjà eu, et ce, dès leur admission. Si leurs réponses indiquent qu'ils ont eu des pensées suicidaires, une évaluation plus poussée permet de mesurer leur risque de suicide et d'adapter leur niveau de risque à des interventions allant de l'éducation à la santé mentale aux soins psychiatriques spécialisés. Tout comme un examen physique de la tête aux pieds fournit des informations physiques importantes au personnel médical du CHEO, le dépistage de la santé mentale fournit des informations essentielles sur le bien-être général de l'enfant.

Grâce à des fonds provenant de donateurs, l'équipe de dépistage du CHEO s'est récemment agrandie pour inclure un deuxième membre du personnel infirmier autorisé œuvrant dans le programme « De la tête aux pieds au CHEO. » Cela donne au CHEO une capacité accrue de planifier et de mettre en œuvre d'autres améliorations de la qualité du programme, permettant au personnel infirmier de voir plus de patients plus rapidement. L'une des initiatives d'amélioration de la qualité pour cette année est d'étendre le programme pour inclure le dépistage des patients qui parlent une langue autre que l'anglais ou le français en utilisant des services d'interprétation.

### Faites la connaissance d'Eluin!

Eluin a toujours lutté contre l'anxiété. Mais en 2022, cette anxiété s'est dangereusement aggravée. Le stress du déménagement au Canada, l'intimidation et la mort de Skyler, leur chat bien-aimé, ont été trop difficiles à gérer. Une crise de santé mentale s'est ensuivie. On a dirigé la famille vers un réseau de professionnels par l'entremise de 1appel1clic et des soins du CHEO, Eluin a maintenant une boîte à outils de santé mentale avec une collection de stratégies d'adaptation. Eluin adore lire, jouer à la ringuette et adore le théâtre. Avec l'amour inconditionnel et le soutien de sa grande famille, l'avenir est brillant.



## Promotion et intervention en santé mentale auprès des jeunes

Le RéseauAdo (YNRA) est un groupe bilingue de promotion et d'intervention en santé mentale. Grâce à des discussions entre pairs sur la santé mentale et à la participation à des activités saines, les jeunes sont encouragés à lutter contre la stigmatisation, à adopter des mécanismes d'adaptation positifs et à demander de l'aide lorsqu'ils en ont besoin. [Voyez comment le programme YouthNet du CHEO travaille avec les adolescents pour déstigmatiser la maladie mentale.](#) Veuillez noter que ce segment a été diffusé sur les ondes de CTV Ottawa et est donc en langue anglaise.

## Thérapie comportementale dialectique (TCD)

Le service des urgences du CHEO a constaté une augmentation considérable du nombre d'enfants et d'adolescents présentant des idées suicidaires et des tentatives de suicide. En réponse à cette situation, le CHEO a développé un programme de thérapie comportementale dialectique (TCD), financé par des donateurs, afin d'améliorer les soins et la prestation de services aux enfants qui risquent d'avoir des problèmes de santé mentale ou qui en sont aux premiers stades de leur développement. Le programme de TCD permet de répondre aux besoins des adolescents qui ont des difficultés à réguler leurs émotions, ce qui entraîne des idées suicidaires chroniques ou répétées, des automutilations, des conflits familiaux et des problèmes scolaires.



**Au total, 71 patients ont bénéficié du programme en 2023.** Dans le cadre de la TCD, les jeunes apprennent à s'accepter sans se juger. En même temps, ils sont encouragés à trouver des approches pour changer les comportements problématiques de manière à se rapprocher de leurs propres objectifs ultimes. Cette thérapie comprend une formation pour les parents et les membres de la famille. Dans le cadre de la TCD, les jeunes acquièrent de nombreuses compétences pour les aider à gérer leurs réactions émotionnelles intenses, notamment la pleine conscience, l'efficacité interpersonnelle, la tolérance à la détresse et la régulation émotionnelle.

L'année dernière, le CHEO a mis à l'essai un nouveau groupe de finissants en TCD pour les jeunes. L'objectif de ce groupe était d'inspirer les participants à ne pas être seulement des utilisateurs de services, mais aussi des contributeurs de services. La recherche suggère que les groupes de maintien sont un moyen formidable de promouvoir l'utilisation efficace des compétences de la TCD pour ceux qui participent activement à la thérapie de groupe de la TCD ainsi que pour ceux qui ont terminé le programme.

*« C'était un cours absolument extraordinaire et nous nous sentons privilégiés d'avoir pu y participer. Les animateurs ont eu un impact profond sur notre famille, en nous donnant des compétences importantes en TCD et en nous aidant à traverser des périodes difficiles. Grâce à ce cours, ma fille a changé son cheminement de carrière pour devenir psychologue, du moins pour l'instant. »* – Aidant d'une personne ayant participé à la formation TCD du CHEO en 2023

## **Renforcer les soins de santé mentale d'urgence**

Le service des urgences du CHEO est le centre d'urgences pédiatriques le plus occupé de tout l'Ontario, avec 3 175 visites en santé mentale au cours de la dernière année. Le personnel du CHEO cherche des moyens de combler les lacunes critiques en matière de soins de santé mentale que le financement gouvernemental et les régimes d'assurance privés ne couvrent pas. Cela inclut les postes de conseillers pour les enfants et les adolescents, financés par des donateurs, qui font partie de l'équipe du service des urgences en santé mentale. Ils fournissent des soins 24 heures sur 24 et un service de désescalade des crises aux patients et à leurs familles, effectuent des évaluations de la santé mentale au service des urgences et mettent les patients et leurs familles en contact avec d'autres équipes de soins dans la communauté de la santé mentale. **L'an dernier, les conseillers pour les enfants et les adolescents disponibles 24 heures sur 24 et sept jours sur sept ont pris en charge 1 102 visites au service des urgences.**

Ces soins de santé mentale d'urgence offerts jour et nuit n'étaient pas toujours disponibles au CHEO. Le poste de conseiller du service des urgences de nuit a été créé pour combler un vide reconnu comme un problème majeur. Certaines familles qui se présentaient au service des urgences du CHEO le soir attendaient trop longtemps avant de voir un conseiller. Souvent, il n'y avait personne de disponible avant le lendemain matin. **Ce poste a été rendu possible grâce à l'appui des donateurs de la Fondation du CHEO dont la générosité a permis de couvrir le coût de cette ressource essentielle.**