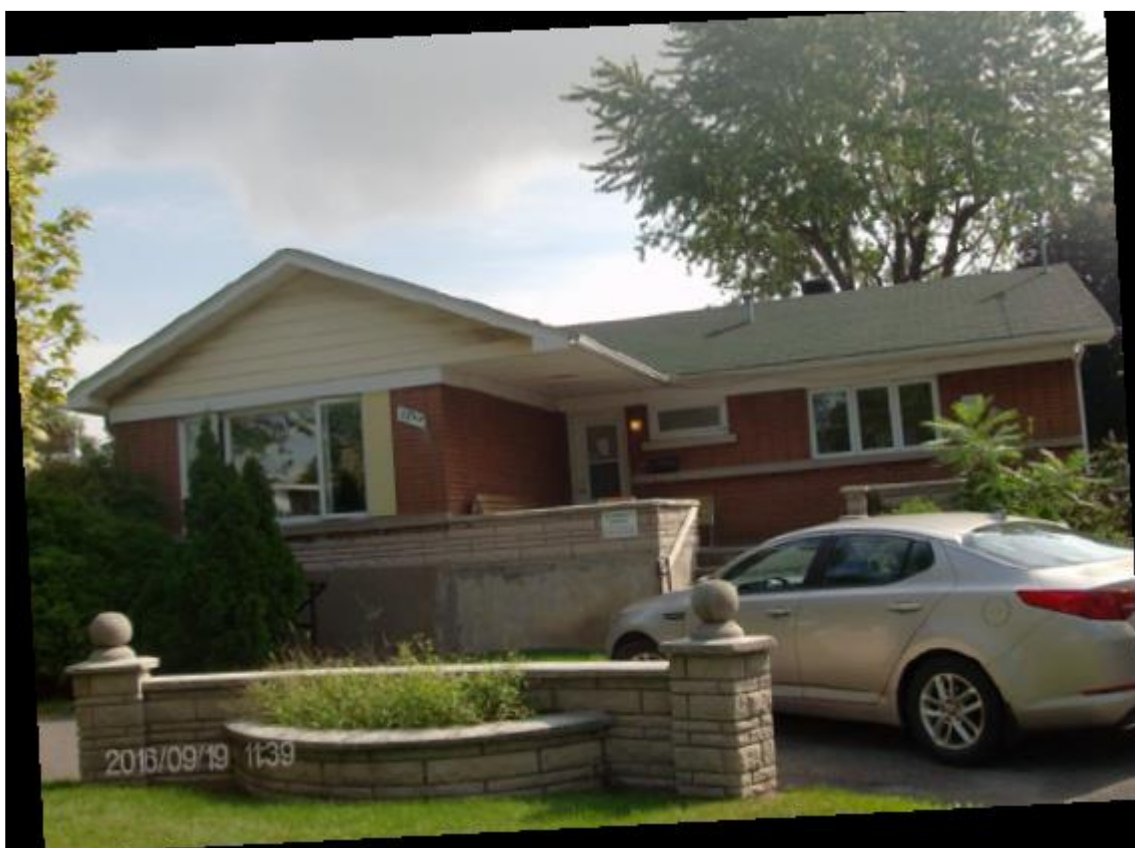


Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Est-de-
l'île-de-Montréal

Québec 



Bienvenue à Valdombre



5630 boul. Couture
Montréal, Qc
H1R 1E3

Téléphone des intervenants : 514-251-9360
Téléphone des usagers : 514-251-8342

Table des matières

Mot de bienvenue.....	3
Votre démarche de réadaptation.....	4
Respect de vos droits / vos responsabilités.....	5
Services inclus par la ressource	6
Mobilier inclus.....	6
Matériel à prévoir avant votre arrivée à Valdombre.....	7
Loyer.....	7
Sécurité incendie.....	8
Carte du quartier.....	9
Transports.....	10
Services communautaires disponibles.....	11
Habitudes de vie.....	12
Notes personnelles.....	14

Mot de bienvenue

La ressource Valdombre est située dans le quartier Saint-Léonard. Elle a une capacité d'accueil de 7 usagers. Chaque personne occupe une chambre individuelle et a accès à des lieux communs tels salon, salle à manger et salle polyvalente. Elles ont aussi accès à une laveuse/sécheuse, un accès internet via un ordinateur et un accès Wi-Fi. Les usagers bénéficient d'un service de deux repas par jour préparés par le personnel et/ou en atelier culinaire avec un éducateur. Pour le déjeuner, chacun le prépare de façon autonome.

Cette ressource est sous la responsabilité du secteur hébergement de l'Institut Universitaire en Santé Mentale de Montréal (IUSMM) du Centre Intégré Universitaire de Santé et Services Sociaux de l'Est de l'Île de Montréal (CIUSSS). Elle offre des services à des personnes adultes ayant des troubles de santé mentale. La mission de la ressource est d'offrir des services individualisés de réadaptation psychosociale dont l'objectif est de soutenir les usagers dans leur intégration sociale, leur rétablissement et l'exercice de leur pleine citoyenneté. De manière plus concrète, la ressource vise à améliorer la qualité de vie, le niveau d'autonomie tout en respectant le rythme et les désirs des usagers.

Les services professionnels ou spécialisés sont organisés sur une base 24 heures/7 jours en réponse aux besoins spécifiques de la clientèle visée. Les ressources humaines de la ressource Valdombre sont composées d'employés de l'IUSMM. L'équipe est constituée d'une responsable d'unité de vie (RUV), d'un infirmier, de techniciens en éducation spécialisée et d'auxiliaires en santé et services sociaux. L'équipe bénéficie également du soutien clinique et administratif d'une spécialiste en activités cliniques (SAC) et d'une cheffe de service.

Votre motivation, votre engagement et votre collaboration sont nécessaires à votre cheminement vers l'autonomie. Un plan d'intervention individualisé pour lequel vous contribuerez vous permettra d'augmenter votre qualité de vie et vous fera vivre des succès enrichissants.

L'équipe de Valdombre vous souhaite la bienvenue

Votre démarche de réadaptation

Le séjour en ressource de réadaptation représente une démarche personnelle qui nécessite une implication de votre part. Voici quelques éléments qui feront partie de votre démarche et de votre suivi :

- **Plan d'intervention** : votre éducateur rédigera un plan d'intervention avec vous. Ce plan comprend les objectifs que vous souhaitez travailler afin de développer votre autonomie, faire des réalisations personnelles ou améliorer votre qualité de vie.
- **Rencontres avec votre éducateur** : chaque semaine, vous aurez des rencontres avec votre éducateur de suivi. Ces rencontres peuvent se réaliser à votre chambre, dans un bureau ou dans la communauté. Vous pourrez discuter de votre suivi, de vos objectifs, de votre vie ou autres.
- **Accompagnement** : Vous pourrez être accompagné à certains rendez-vous ou activités selon vos besoins.
- **Participation aux tâches** : Chaque usager se voit attribuer des tâches à réaliser au sein de la ressource. L'objectif est de vous impliquer et de faire des apprentissages dans cette sphère.
- **Entretien de sa chambre** : Il est de votre responsabilité d'entretenir votre chambre quotidiennement. Vous pouvez recevoir de l'aide et de l'enseignement pour réaliser cette tâche. Si toutefois, votre chambre est insalubre, vous devrez payer les frais d'entretien de votre espace.
- **Activités** : Vous serez invités à participer à des activités individuelles ou de groupe pouvant servir de tremplin à votre rétablissement. Aussi, vous pourrez faire entendre votre voix lors du comité des résidents qui a lieu environ une fois par mois.
- **Présences** : Votre présence est essentielle pour réaliser votre démarche de réadaptation. Si vous comptez dormir à l'extérieur de la ressource régulièrement, vous devez vous entendre avec votre équipe traitante et celle de la ressource afin d'établir votre temps de présence à la ressource.

Règles à respecter et engagement

- **Visiteurs** : Vous êtes responsables de vos visiteurs. Vous devez les accompagner tout au long de leur période de visite. Veuillez consulter votre éducateur pour connaître les restrictions concernant les périodes de visite.
- **Animaux** : Si vous vous procurez un animal, vous serez contraint de le remettre dans un refuge animal ou à un de vos proches.

J'ai pris connaissance des points concernant ma démarche de réadaptation ainsi que ceux concernant les visiteurs et les animaux. Je suis en accord avec ces points et je m'engage à les respecter.

Nom : _____

Signature : _____

Date : _____

Respect de vos droits / vos responsabilités

Tous les usagers ont des droits et des responsabilités :

Droits

Vous êtes un citoyen à part entière et vous avez des droits. Pour bien les connaître, vous pouvez vous référer au **code d'éthique du CIUSSS de l'Est-de-l'Île de Montréal**. Sachez que tout au long de votre séjour, vous pouvez être assisté du proche de votre choix dans vos différentes démarches. Pour connaître ou faire valoir vos droits, vous pouvez joindre les organismes suivants :

COMITÉ DES USAGERS
7401, Hochelaga
(514) 251-4000 poste 3100

COMMISSAIRE AUX PLAINTES ET À LA QUALITÉ
7401, Hochelaga
(514) 251-4000 poste 2920

Responsabilités

En tant que citoyen, vous avez également des responsabilités.

- Préserver et rétablir votre santé physique et mentale en vous impliquant activement dans votre traitement.
- Fournir les renseignements nécessaires à l'équipe pour vous aider dans votre traitement.
- Respecter les droits des autres usagers, des intervenants et des membres du personnel de soutien.
- Faire preuve de politesse et de civisme par l'utilisation d'attitudes et d'un langage qui ne sont pas menaçants ni agressants.
- Respecter la propreté des lieux et le matériel mis à votre disposition en le maintenant en bon état.
- Développer un comportement responsable en assumant, dans la mesure de vos moyens et de vos capacités, les conséquences de vos actes.
- Toute personne est présumée responsable de ses actes. L'Institut reconnaît l'importance d'évaluer, avec le plaignant potentiel qui veut porter plainte auprès des autorités policières, l'opportunité et l'utilité de judiciairiser la personne ayant manifesté des comportements de violence ou de harcèlement.

Référence : site internet IUSMM, mai 2016.

Services inclus par la ressource

Boîte postale	Le courrier est recueilli dans la boîte aux lettres commune et vous est redistribué par la suite.
Salle de lavage	<ul style="list-style-type: none">• 1 laveuse• 1 sècheuse• Gratuit
Salles communes	<ul style="list-style-type: none">• Salon (2)• Salle à manger à la disposition des usagers• L'accès à internet via un ordinateur et un accès Wi-Fi• Salle de bain complète (2)
Téléphone communautaire	<ul style="list-style-type: none">• Un téléphone sans fil est disponible• Numéro de téléphone : 514-251-8342

Mobilier inclus

- Un lit simple
- Une commode six tiroirs
- Une table de nuit
- Une garde-robe
- Panier à linge

*** Vous êtes responsable des bris du mobilier autre que l'usure normale.

Matériel à prévoir avant votre arrivée à Valdombre

- Literie SIMPLE comprenant : draps, taies d'oreillers et douillette
- Oreillers
- Serviettes et débarbouillettes
- Réveille-matin
- Un panier ou une trousse afin de transporter vos produits d'hygiène à la salle de bain
- Produits d'hygiène : savon, shampoing, pâte à dents, déodorant, brosse à cheveux, etc.
- Cintres pour vos vêtements.

Loyer

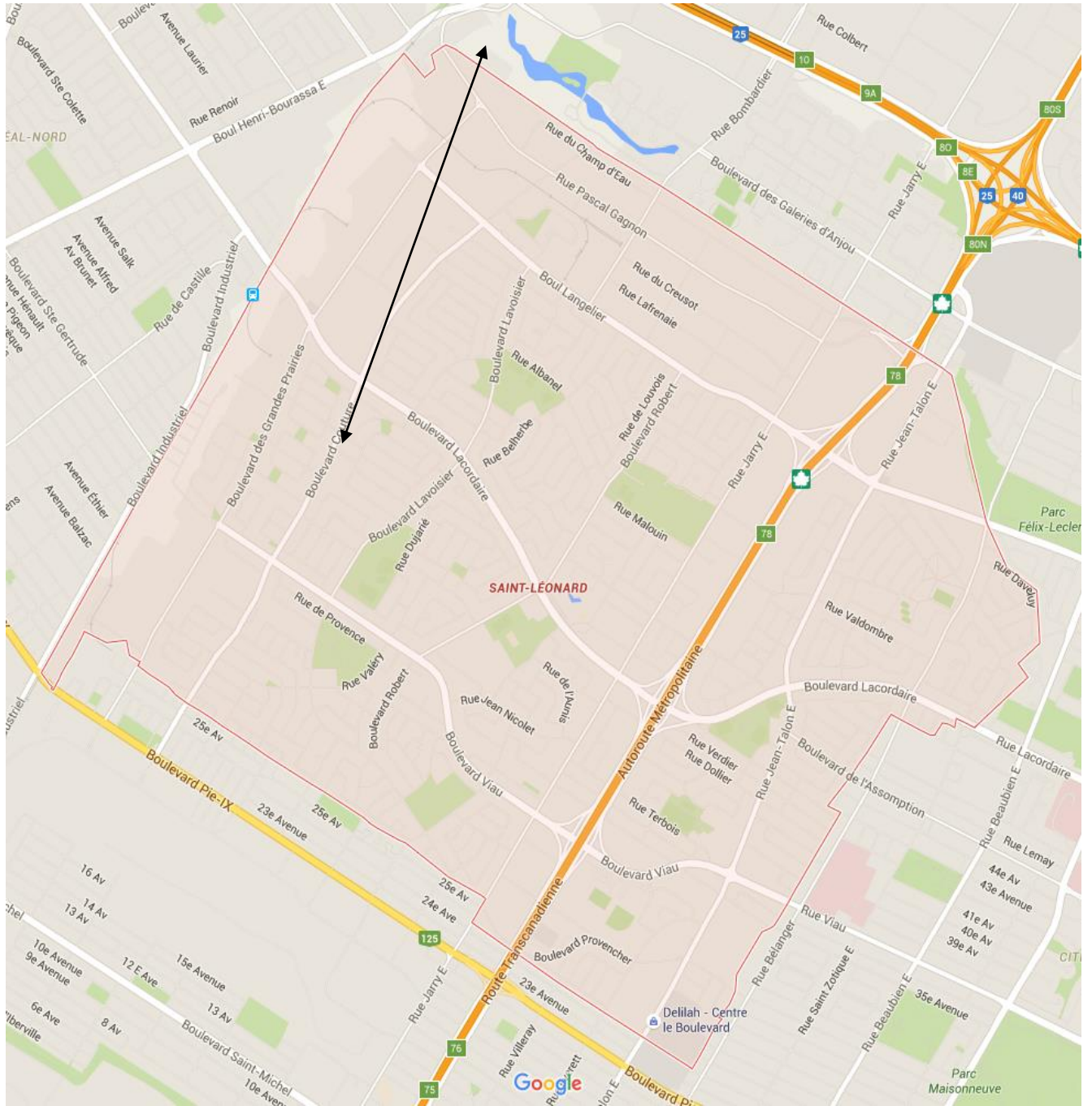
- ❖ Vous devez payer votre loyer à chaque 1^{ier} du mois par prélèvement automatique
- ❖ Le coût du loyer est déterminé en fonction de votre revenu mensuel.

Sécurité incendie

- ❖ Si le système d'alarme se fait entendre, rester calme, sortez immédiatement du bâtiment afin de vous rendre au point de rassemblement.
- ❖ Il est interdit de fumer à votre chambre. Il est permis de fumer seulement à l'extérieur de la ressource.

CARTE DU QUARTIER

Vous êtes ici



Transports

Besoin de vous déplacer ?



- **Autobus 32 Lacordaire**, coin Lacordaire et boulevard Couture
Horaire: composer (514) A-U-T-O-B-U-S et le no. d'arrêt est le: **54794 (nord) et 54796 (sud)**
- **Autobus 188 Couture**, coin boul. Couture et Lacordaire.
Horaire: composer(514) A-U-T-O-B-U-S et le no. d'arrêt est le: **54797 (est) et le 54795(ouest)**



- **Métro Jean-Talon** : Autobus 188, Couture est
- **Métro de Cadillac** : Autobus 32, Lacordaire Nord

Services communautaires et professionnels

Centre local d'emploi 8257, Boul Langelier		514 864-6161
Caisse populaire Desjardins 5620 boul. Henri-Bourassa		514 321-8177
Banque nationale 8450 boul. Lacordaire		514 325-4706
Uniprix 9235 boul. Lacordaire		514 324-2600
Familiprix 9200 boul. Lacordaire		514 321-3222
SERVICES MÉDICAUX		
Clinique médicale Désy 5636 boul. Henri-Bourassa		514 326-9060
CLSC Saint-Léonard 5540 rue Jarry, est		514 722-3000

CLSC Saint-Michel 3355 rue Jarry est		514 722-3000
Le Bonhomme à lunettes (Clinique itinérante. Vous devez téléphoner pour connaître le jour et l'endroit le plus près de la résidence)		514 303-4315
SOUTIEN		
Centre de crise Émile Nelligan		514 351-6661
Police de quartier 42 8181 boul. Lacordaire		514 280-0142
DIVERTISSEMENT		
Cinéma Guzzo 5940 des Grandes Prairies		514 324-3000
Éconofitness 9480 boul. Lacordaire		514 321-9027

Habitudes de vie

Chambres

- Il est obligatoire et à la responsabilité du résident de faire l'entretien de sa chambre une fois par semaine. Au besoin, votre intervenant peut vous accompagner dans la tâche.
- La vaisselle de la ressource N'EST PAS permise à votre chambre, à l'exception des verres ainsi que des tasses.
- À tous les mois, une inspection punaises sera faite par un intervenant, ce qui inclut la vérification et l'entretien du matelas. Chaque résident est impliqué dans cette tâche.
- Sous certaines conditions, il vous sera possible d'avoir une cafetière, une bouilloire et un réfrigérateur à votre chambre. Le tout doit être discuté préalablement avec votre intervenant de suivi.
- Au besoin, nous pourrions vous demander de vous départir d'objets considérés comme dangereux.

Lieux communs

- Pour des raisons de salubrité, aucune nourriture n'est permise au salon sauf lors d'occasions spéciales / activités.
- Pour l'utilisation de la télévision ou bien de l'ordinateur, vous devez maintenir le volume à un niveau raisonnable.
- Pour l'utilisation de vos appareils personnels (téléphone, Ipod), vous devez utiliser des écouteurs lorsque vous circulez dans les lieux communs.

Cuisine

- Les activités culinaires sont permises avec entente avec votre intervenant de suivi.
- Le lait et le jus sont mis au réfrigérateur aux repas ainsi qu'à la collation uniquement. Nous laissons le lait et l'eau dans le petit frigo par la suite. Aucun lait ne se rajoute après les heures de collation du soir.

Salle de lavage

- Chaque résident est responsable de sa tâche et doit s'assurer de reprendre ses vêtements la journée même de sa lessive.

Bureau des intervenants

- Pour des raisons de confidentialité, aucun résident n'entre dans le bureau des intervenants sans y être invité. Les rencontres de suivi se font en bas, au salon #2.

Visiteurs

- Vous pouvez recevoir des visiteurs s'ils sont connus des intervenants.
- Les visites sont permises de 10h à 22h.
- Un visiteur peut occasionnellement prendre un repas à la ressource. Vous devez aviser 24 heures à l'avance.
- Lorsque vous vivez une relation amoureuse, vous pouvez recevoir votre partenaire à dormir à la ressource uniquement avec entente préalable auprès de votre intervenant de suivi et/ou de la responsable.

Couvre-feu

- Chaque résident est invité à regagner sa chambre pour la nuit dès 00h00 en semaine et 1h00 la fin de semaine (soit le vendredi ainsi que le samedi). Ceci est dans le but de favoriser votre cheminement vers votre projet de vie ainsi que d'assurer la quiétude des lieux communs pour favoriser le sommeil des autres résidents. De plus, cela permettra au personnel de nuit de faire l'entretien des lieux communs.

Heures de repas

- Dîner : 11h30h à 12h30
- Souper : 17h30 à 18h30
- Un repas peut vous être mis de côté seulement lorsque vous avez un rendez-vous ou une activité de prévue. Vous devez prévenir un intervenant au préalable.

Heures de la médication – à titre indicatif

- Matin : 6h à 10h30
- Souper : 16h00 à 18h00
- Midi : 11h30 à 13h30
- Coucher : 19h00 à 23h30

Tabagisme

- Il est permis de fumer la cigarette uniquement dans la cour arrière et avant de la ressource.

