



Sudbury Mental Health & Addictions Centre
Cedar Street

Health Sciences North

**Guide d'orientation pédiatrique du Programme
régional des troubles alimentaires :
renseignements à l'intention des familles**

Le Programme régional des troubles alimentaires

127, rue Cedar, deuxième étage
Sudbury (Ontario) P3E 1B1



Repère le plus près : en face du terminus du Transit du Grand Sudbury, au centre-ville
Intersection principale : rue Cedar (sens unique) et rue Paris

Tél. : 705 523-4988, poste 4211

Télec. : 705 669-1501

Site Web : Horizon Santé-Nord/Programmes et services/Centre de santé mentale et de toxicomanie/Services pour enfants, adolescents et familles/Services en consultation externe – Programme régional des troubles alimentaires

Heures d'ouverture :

De 8 h 30 à midi et de 13 h à 16 h 30; le bureau est fermé à l'heure du dîner.

Comment avoir accès au Programme régional des troubles alimentaires

Service central d'admission et de coordination des renvois
127, rue Cedar, Sudbury
705 523-4988, poste 4221

Le Service central d'admission et de coordination des renvois est le point d'entrée aux services de santé mentale et de toxicomanie d'Horizon Santé-Nord. L'équipe procède à une évaluation rapide et suit un processus d'admission standard afin de déterminer l'admissibilité aux programmes offerts à Horizon Santé-Nord, y compris au Programme régional des troubles alimentaires. Ce service offre aussi de la documentation et des renvois vers d'autres programmes offerts dans notre communauté.

Bienvenue au Programme régional des troubles alimentaires

Bienvenue à notre programme. Nous vous proposons ces renseignements afin de vous donner un aperçu du Programme régional des troubles alimentaires. Dans ce document, vous trouverez des explications sur ce à quoi vous attendre ainsi que sur les choses à faire pour commencer le processus. De plus, vous y trouverez des renseignements sur ce que vous pouvez faire en attendant de recevoir des services.

Pour vous aider à vous y retrouver dans le présent document, nous y avons inséré des symboles pour organiser les renseignements. Voici la légende :



Cette section contient des renseignements généraux ou une introduction.



Là où vous voyez l'image d'un stylo à la main, vous trouverez un espace où noter vos idées. Vous pouvez y inscrire ce qui est important pour vous, pour votre enfant et pour votre famille. Vous apporterez ces renseignements à votre premier rendez-vous.



C'est une tâche à ajouter à votre liste de choses « à faire ». Il s'agit d'une décision ou d'une action importante qui vous permettra de passer à l'étape suivante.

Le Programme régional des troubles alimentaires

Votre équipe : qui nous sommes

Vous faites partie de notre équipe. Nous vous encourageons, en tant que membre de l'équipe, à réfléchir aux objectifs que vous visez par rapport au traitement. Par exemple, vous pourriez avoir pour objectif général d'apprendre, en famille, des façons d'aider votre enfant à se rétablir d'un trouble alimentaire.

Cette clinique offre des services d'évaluation et de traitement aux résidents de tous les âges du Grand Sudbury et des environs. Notre équipe de professionnels de la santé travaille avec les enfants, les adolescents et leur famille. Il y a aussi des étudiants en formation qui travaillent avec nous sous notre supervision.

Les membres de notre équipe :

- Associé en psychologie
- Travailleurs sociaux
- Diététiste
- Infirmière praticienne
- Infirmière autorisée
- Psychiatre consultant
- Pédiatre consultante
- Parfois des étudiants supervisés

Ce que nous faisons

Le Programme régional des troubles alimentaires d'Horizon Santé-Nord propose des services aux personnes de tous les âges. Il s'agit du centre régional pour les personnes qui vivent dans le Nord-Est ontarien (RLISS 13).

Nous pouvons évaluer et traiter un trouble alimentaire. La première étape consiste à travailler avec vous pour déterminer si le problème lié à l'alimentation fait partie d'un trouble alimentaire. Si c'est le cas, nous collaborerons avec vous pour déterminer vos objectifs en matière de rétablissement.

Nous traitons l'anorexie, la boulimie, le trouble de frénésie alimentaire et les troubles alimentaires spécifiés et non spécifiés (pour en savoir plus long, consultez le site Web suivant : <http://www.nationaleatingdisorders.org/general-information>).

Nous ne traitons pas tous les troubles alimentaires, notamment les suivants :

- Le pica ou l'ingestion de substances non nutritives et non comestibles;
- Le mérycisme de l'enfance ou la régurgitation répétée des aliments;
- La néophobie alimentaire ou la peur d'essayer de nouveaux aliments;

Les difficultés à avaler;
Les phobies alimentaires;
L'obésité ou la gestion de la perte de poids.

Si les résultats de l'évaluation laissent entendre que le problème alimentaire est lié à une maladie que nous ne traitons pas, nous recommanderons un organisme ou un service communautaire qui pourrait être utile.



 Objectifs du traitement de notre enfant

Prenez quelques minutes pour noter, dans la boîte ci-dessous, vos objectifs concernant le traitement. Vous pouvez commencer par répondre à la question suivante : Quel changement espérons-nous que le traitement apportera?

Ayez votre mot à dire.

Où nous trouver

Nous sommes situés au deuxième étage du 127, rue Cedar, à Sudbury, en Ontario.

À l'entrée, à votre gauche, vous remarquerez un panneau bleu portant l'inscription suivante : **Health Sciences North-Sudbury Mental Health Addiction Program-Centre de santé mentale et de toxicomanie de Sudbury**. Passez par les deux portes. Continuez tout droit jusqu'à ce que vous voyiez, au plafond, un panneau vert portant l'inscription suivante : **Reception, Waiting Room and Crisis Intervention (Réception, salle d'attente et intervention en cas de crise)**. Tournez à gauche au panneau et préparez-vous à inscrire votre enfant avec sa carte Santé de l'Ontario.



À chaque visite

- Stationnez dans un des parcs de stationnement municipaux. Nous comprenons que les parcomètres pourraient être plus pratiques. Toutefois, ce n'est pas idéal d'être obligé d'interrompre un rendez-vous pour aller mettre de l'argent dans le parcomètre. Nous vous recommandons donc fortement d'utiliser un des parcs de stationnement municipaux afin de ne pas avoir à vous préoccuper du temps. Malheureusement, nous n'avons pas de places de stationnement réservées aux personnes handicapées. Nous ne remboursons pas les contraventions de stationnement.
- Inscrivez votre enfant à la réception, au premier étage, puis allez au deuxième étage pour votre rendez-vous. Annoncez votre arrivée à la secrétaire du deuxième étage. Ensuite, un membre de l'équipe vous accompagnera de la salle d'attente à un bureau privé.
- Apportez la carte Santé de votre enfant.
- Apportez la liste à jour des médicaments que prend votre enfant, y compris les vitamines, les suppléments, les produits à base d'herbes médicinales et tous les autres produits prescrits ou que vous avez achetés pour votre enfant.

Pourquoi nous recueillons des renseignements

Vous avez le droit de comprendre ce que nous faisons ainsi que les raisons pour lesquelles nous recueillons certains renseignements. L'évaluation et le traitement visent des objectifs différents.

L'évaluation

À notre rencontre, nous vous poserons beaucoup de questions concernant votre santé physique et mentale, vos relations et vos comportements. Ces renseignements nous permettront de mieux comprendre le problème lié à l'alimentation – l'effet de ce problème sur la vie de votre enfant, les risques associés au problème alimentaire et ce qui pourrait être à l'origine du problème. Ces questions nous aideront à poser un diagnostic et à recommander des traitements. Certaines de ces questions pourraient vous rendre mal à l'aise. Selon la loi, vous avez le droit de refuser de répondre à n'importe quelle question. Si vous refusez de répondre à une question, vous pourriez vous sentir moins vulnérable et plus en contrôle; cependant, ce refus peut aussi nuire à l'exactitude du diagnostic et du traitement.

Le traitement

Votre équipe de traitement organisera beaucoup de rencontres avec vous. Au début du traitement, vous aurez au moins une rencontre par semaine avec nous. Nous recommandons que tous les membres de la famille qui participent au processus de réalimentation assistent à toutes les séances, sans quoi le processus de rétablissement pourrait être plus long et la réalimentation, plus difficile.

L'équipe de traitement du programme espère voir, au bout d'une période de 20 semaines, des améliorations relativement aux comportements alimentaires, à la prise de poids (en cas d'insuffisance de poids) et à la stabilité médicale. Si cet objectif n'est pas atteint ou si les comportements alimentaires s'aggravent ou s'il y a une perte de poids ou une instabilité médicale, nous pourrions discuter avec vous d'un milieu de traitement plus intensif, comme une hospitalisation ou un renvoi vers un programme régional spécialisé des troubles alimentaires ailleurs dans la province.

En cas d'urgence



L'évaluation a pour but de poser un diagnostic et de déterminer le degré de soins requis. Un trouble alimentaire peut nuire au bien-être médical ou psychologique – n'importe quand au cours de l'évaluation et du traitement. Pendant que votre enfant est à la clinique, si nous déterminons qu'il existe un risque médical ou psychologique nécessitant des services d'urgence, nous vous le dirons. Par exemple, si votre enfant est suicidaire ou a un problème médical, comme une irrégularité du rythme cardiaque, nous vous conseillerons de l'emmener immédiatement chez votre pédiatre ou au Service des urgences. Nous ferons notre possible pour faciliter la transition. Une fois la situation urgente terminée, communiquez avec nous pour prendre rendez-vous afin de poursuivre notre collaboration.



Vous avez le droit de comprendre ce que nous faisons et pourquoi nous recueillons de l'information pendant les étapes de l'évaluation et du traitement. Nous recommandons fortement à tous les participants de poser des questions. Le document intitulé « Family Based Treatment » (*disponible en anglais seulement*), produit par le programme de médecine pour adolescents de Hamilton Health Sciences, explique en détail le traitement familial. De plus, il inclut d'autres ressources à consulter pour obtenir des renseignements supplémentaires. Utilisez ce lien pour trouver le document : <http://www.hamiltonhealthsciences.ca/documents/Patient%20Education/FamilyBasedTreatment-lw.pdf>



Après avoir lu le document, n'hésitez pas à nous poser des questions concernant les sujets suivants, entre autres :

- les renseignements que nous demandons à votre sujet et au sujet de votre famille;
- le pour et le contre du traitement recommandé;
- le pour et le contre du non-traitement;
- d'autres choix de traitement;
- ce que nous pouvons offrir et ce que nous ne pouvons pas offrir (les limites du service);
- ce qui arrive aux renseignements que nous recueillons sur vous et votre famille;
- qui a accès à ces renseignements;
- savoir que vous pouvez mettre fin au traitement en tout temps, tout en connaissant le pour et le contre de cette interruption, et savoir comment revenir au programme au besoin.

Les limites de la confidentialité

Les renseignements que nous recueillons sont confidentiels et nous accordons une grande importance à la protection de votre vie privée. Toutefois, la protection des renseignements que vous nous fournissez a des limites. En effet, nous sommes tenus par la loi de partager des renseignements dans les situations suivantes :

- Nous avons raison de croire qu'une personne pose un danger pour elle-même ou pour les autres;
- Nous avons raison de croire qu'un enfant de moins de 16 ans est victime de mauvais traitements ou est à risque d'être victime de mauvais traitement ou de négligence;
- Une personne nous parle d'un acte sexuel commis par un membre d'une profession de la santé réglementée;
- Nous recevons une ordonnance de la cour de fournir des renseignements.

Les membres de l'équipe du Programme régional des troubles alimentaires échangent des renseignements entre eux afin de s'assurer que nous vous communiquons clairement l'orientation des services et les soins que nous vous offrons et que nous offrons à votre famille. Nous transmettons aussi des renseignements à d'autres fournisseurs de soins de santé qui participent directement à vos soins. Il pourrait s'agir des fournisseurs de soins de santé suivants :

- Le fournisseur de soins primaires de votre enfant (médecin de famille, infirmière praticienne ou pédiatre);
- Le spécialiste de l'enfant qui lui fournit actuellement des soins (p. ex. psychiatre);
- Un autre travailleur social ou psychologue/associé en psychologie qui participe aux soins.

Pratiques concernant les dossiers



Les renseignements personnels sur la santé que vous nous fournissez sont conservés dans un dossier électronique; le personnel d'Horizon Santé-Nord (HSN) a accès aux renseignements. HSN a en place un système d'audit qui permet de s'assurer que seuls les membres du personnel qui participent à vos soins consultent votre dossier.

L'équipe du Programme régional des troubles alimentaires stocke des notes et des documents ou des rapports dans le dossier électronique. Tous les renseignements recueillis concernant le problème lié à l'alimentation ou le trouble alimentaire et le travail auprès de la famille seront conservés dans le dossier du client, soit le dossier de la personne qui a un problème alimentaire. Dans de rares cas, nous parlerons avec un membre de la famille de ses renseignements personnels sur la santé. Dans de telles situations, nous demanderons au membre de la famille de fournir sa carte Santé afin que nous puissions ouvrir un dossier à son nom, pour protéger le caractère confidentiel des renseignements personnels sur la santé.

Revue

Sachez pourquoi vous venez au Programme régional des troubles alimentaires.

Les familles qui sont renseignées sur le programme, les avantages du traitement, les risques liés au traitement et les choix de rechange ont une plus grande confiance en leur capacité de prendre une décision au sujet de leurs soins de santé.

Quelles questions voulez-vous poser à l'équipe pour vous aider à comprendre le programme ainsi que les avantages et les risques de la participation au programme aux fins d'évaluation et de traitement? Qu'est-ce qu'il vous faut savoir pour vous aider à décider d'accepter ou de refuser l'évaluation ou le traitement? Connaissez d'autres choix de traitement? Qu'est-ce que vous aimeriez savoir de plus avant de décider?

(ajoutez d'autres lignes au besoin)

La préparation à l'évaluation

Avant votre rendez-vous avec nous, remplissez les tâches ci-dessous.

Rassemblez toutes les mesures de la taille et du poids prises dans le passé pour votre enfant ou adolescent et apportez-les au premier rendez-vous. Le fournisseur de soins primaires (médecin de famille, infirmière praticienne et pédiatre, actuel ou ancien) pourrait avoir ces renseignements. Communiquez avec cette personne pour les recevoir. Nous utiliserons ces renseignements pour fixer un objectif de poids. Cet objectif nous aidera à faire l'évaluation et à suivre les progrès du traitement.

Informez le fournisseur de soins primaires de votre premier rendez-vous d'évaluation au Programme régional des troubles alimentaires.

Obtenez une liste à jour de tous les médicaments, de toutes les pharmacies pertinentes.

Dressez une liste complète des vitamines, des suppléments et des produits à base d'herbes médicinales. Incluez le nom de marque ou le nom générique, la dose, le

nombre de comprimés/capsules/cuillerées, la fréquence et la durée pendant laquelle il faut les prendre.

Exemple : vitamine C, comprimés de 250 mg; deux comprimés tous les matins pendant 1 mois.

7 jours avant le rendez-vous, commencez à tenir un journal d'alimentation en temps réel (c.-à-d. chaque fois que votre enfant ou adolescent mange). Ces renseignements nous aideront à comprendre les habitudes alimentaires ainsi que les pensées et les sentiments associés à l'alimentation.

Informez toutes les personnes qui participent au premier rendez-vous de l'heure et du lieu du rendez-vous. S'il vous faut une note pour le travail afin de justifier votre participation, dites-le-nous à l'avance pour que nous puissions préparer les lettres que vous pourrez venir chercher.


Le jour de l'évaluation

Qui devrait y assister?

Toute personne qui participe aux soins quotidiens et à l'alimentation de l'enfant ou de l'adolescent ainsi qu'à la prise des décisions le concernant devrait assister à l'évaluation.

Un trouble alimentaire a un effet sur la personne concernée ainsi que sur tous les membres de sa famille. La recherche et les expériences familiales nous ont enseigné que les membres de la famille ont le pouvoir de lutter contre un trouble alimentaire et de favoriser le rétablissement de l'enfant en unissant leurs efforts. La famille possède un pouvoir de guérison extraordinaire.



 Qui, pour vous, fait partie de votre famille? Dans les cas des jeunes, il pourrait s'agir des personnes suivantes :

- les parents;
- dans les familles séparées, les conjoints des parents;
- les frères et sœurs, les demi-frères et demi-sœurs et les beaux-frères et belles-sœurs;
- les grands-parents;
- les tuteurs;
- toute personne qui participe aux soins quotidiens et à l'alimentation de l'enfant ou de l'adolescent ainsi qu'à la prise des décisions le concernant.

Si vous avez placé un ✓ dans les cases ci-dessus, dites-le-nous, car ces personnes peuvent participer à l'évaluation.

Il est essentiel que les deux parents assistent aux séances d'évaluation et de traitement. Si les parents ne vivent plus ensemble, nous nous attendons tout de même à ce que les deux y participent. Les frères et sœurs jouent aussi un rôle important dans le traitement. En effet, ils soutiennent leur frère ou leur sœur et l'encouragent en participant à des activités adaptées à leur âge et en passant du temps ensemble.

L'horaire de la journée

Le jour de l'évaluation, vous ferez connaissance avec bon nombre de fournisseurs de soins de santé qui font partie de notre équipe. La journée comprendra une évaluation familiale, une évaluation médicale et une évaluation nutritionnelle. Après chacune des évaluations, vous recevrez les résultats préliminaires.

Horaire de la journée

Heure	Activité
8 h 30	Présentez-vous à 8 h 30. Les portes principales ouvrent à 8 h 30. Inscrivez-vous ainsi que votre famille à la réception, au rez-de-chaussée. Allez au deuxième étage. Un membre de l'équipe vous accueillera et vous donnera un aperçu de l'immeuble et du déroulement de la journée. On vous demandera de remplir des questionnaires courts, que nous utilisons pour évaluer les progrès de votre enfant et l'efficacité du programme.
9 h	L'enfant et un des parents rencontreront l'infirmière praticienne. L'infirmière demandera au parent de fournir des renseignements sur les mesures de la taille et du poids de l'enfant prises dans le passé, l'état de santé de la famille, les médicaments pris actuellement et toute autre donnée médicale. Par la suite, le parent retournera à la salle d'attente et l'infirmière praticienne procédera à l'évaluation médicale de l'enfant. Cette évaluation comprend deux parties. La première partie se rapporte à la progression de la maladie et comprend une série de questions et de réponses. La deuxième partie est un examen médical. On pèse toujours l'enfant sans qu'il ne puisse voir son poids – l'enfant ne connaîtra pas son poids. Les parents ne seront pas informés du poids non plus.
10 h 30	Pause de 10 minutes pour aller aux toilettes, prendre une collation et se reposer.
10 h 40	La diététiste professionnelle rencontrera l'enfant et la famille pour remplir un formulaire d'évaluation nutritionnelle. Nous vous demandons de tenir un journal d'alimentation pendant 7 jours pour vous préparer à ce rendez-vous. L'évaluation comprend une série de questions auxquelles répondra la famille ainsi que l'examen du journal d'alimentation. La diététiste utilisera les renseignements fournis par l'infirmière praticienne pour aborder certains problèmes, comme l'insuffisance de poids, le surpoids, les déficiences nutritionnelles, la constipation et l'anémie, entre autres.
Midi	Dîner (vous êtes libres).
13 h	Un associé en psychologie fera une évaluation familiale. Cette personne vous posera une série de questions.
Avant de partir	À la fin de la journée, allez à la réception pour fixer la date de votre séance de rétroaction, laquelle a pour but de fournir un diagnostic et des recommandations sur le traitement. Ce sera une occasion pour vous de poser des questions afin de décider ce qu'il y a de mieux pour votre enfant et votre famille.

Revue

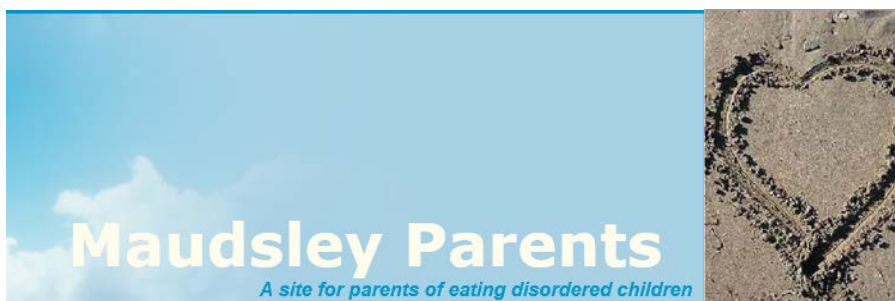
Après votre rendez-vous :

- Avant de quitter la clinique, fixez la date de vos prochains rendez-vous.
- Si l'équipe vous le demande, prenez rendez-vous avec votre fournisseur de soins primaires pour le mettre à jour et pour lui demander :
 - un renvoi à la D^{re} Blacklock, notre pédiatre consultante. Ensuite, appelez le bureau de la D^{re} Blacklock pour prendre rendez-vous. Son bureau est situé à Enfants NEO, Centre de santé du lac Ramsey, 41, chemin du lac Ramsey, Sudbury (Ontario); tél. : 705 523-7120;
 - un renvoi au D^r Ajueze, notre psychiatre consultant. Ensuite, nous vous donnerons la date de votre rendez-vous ici, à la clinique. Le bureau du D^r Ajueze se trouve à notre clinique.
- Assurez-vous que votre enfant ou adolescent continue à se faire suivre par son fournisseur de soins primaires.

Le traitement

Les membres de l'équipe discuteront avec vous d'une approche pour le traitement. En règle générale, le Programme régional des troubles alimentaires utilise une approche appelée approche Maudsley, laquelle est une thérapie familiale. Cliquez sur le lien ci-dessous pour en savoir davantage sur cette approche.

<http://www.maudsleyparents.org/>



Les règles de base concernant les rendez-vous



Nous faisons de notre mieux pour laisser le moins de temps possible entre vos rendez-vous. De plus, nous tâcherons d'organiser l'évaluation médicale, le traitement familial et les autres rendez-vous un après l'autre afin de minimiser les déplacements, si c'est mieux pour votre famille. En outre, nous essayons toujours de commencer et de terminer les séances à l'heure prévue. Si un des membres de l'équipe doit s'absenter en cas de maladie, nous essaierons de vous joindre dès que possible pour fixer un autre rendez-vous.

Nous nous attendons à ce que tous les parents (parents biologiques et beaux-parents) participent au traitement de l'enfant.

Si quelque chose vous empêche de vous présenter à un rendez-vous, dites-le à notre équipe dès que possible. Comme nous avons travaillé dans toutes sortes de situations familiales, nous pourrions travailler avec vous et vous aider à trouver un moyen d'être là pour votre enfant afin de vaincre le trouble alimentaire.

Nous nous attendons à ce que vous fixiez vos rendez-vous et à ce que vous les respectiez. Fixez-les à l'avance afin de ne pas retarder l'atteinte des objectifs de traitement. Si vous ne pouvez pas vous présenter à votre rendez-vous, dites-le-nous à l'avance afin que nous puissions consacrer ce temps à aider d'autres familles qui suivent un traitement. Si vous manquez un rendez-vous, notre chef clinique ou un membre de l'équipe communiquera avec vous pour discuter de la raison de votre absence afin d'éviter qu'une telle situation se répète et de déterminer les prochaines étapes à suivre.

Si vous manquez plusieurs rendez-vous, le dossier sera fermé avec un préavis.

Les prescriptions et le renouvellement des médicaments



L'infirmière praticienne, le psychiatre consultant et la pédiatre consultante pourraient prescrire de nouveaux médicaments. On vous indiquera alors qui pourra renouveler la prescription. Lors de votre rendez-vous, demandez au professionnel de la santé qui prescrit les médicaments de vous indiquer la meilleure façon de renouveler la prescription.

Il est important d'établir à l'avance la méthode que vous utiliserez pour renouveler les prescriptions de médicaments pour votre enfant afin de ne pas en manquer. Avant votre rendez-vous, vérifiez les médicaments que prend votre enfant et parlez au professionnel qui vous prescrit les médicaments pour déterminer si vous aurez besoin de renouveler la prescription au cours des trois prochains mois.

Dites-le-nous si vous devez payer les médicaments de votre poche ou si vous n'avez pas les moyens de payer les médicaments.

En ce qui concerne les enfants qui prennent des médicaments contrôlés (p. ex. des stimulants pour le trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité (TDAH) ou des benzodiazépines comme Ativan ou le clonazépam), sachez que ces médicaments ne seront pas renouvelés sans rendez-vous. Par conséquent, il est très important que vous fixiez vos rendez-vous bien à l'avance.

La sécurité

La planification de la sécurité est importante pour tous les jeunes. **Protégez-vous** en remplissant l'application « Be Safe ». Cette application, ou « appli », a pour but de mettre en place un plan qui vous permettra de recevoir de l'aide en situation de crise émotionnelle. Vous pouvez télécharger l'appli « Be Safe » sur un téléphone cellulaire. Apprenez-en davantage à ce sujet en consultant le site Web de Mindyourmind à <https://www.mindyourmind.ca/interactives/be-safe>.

Si, à un moment donné, vous avez des inquiétudes à l'égard de la sécurité émotionnelle ou du suicide, vous pouvez appeler le Programme d'intervention en cas de crise au 705 675-4760. Vous pouvez aussi emmener votre enfant au Service des urgences. Dans certains cas, il pourrait falloir appeler la police si la personne à risque refuse de recevoir de l'aide.

New Downtown Location

Are you having a
CRISIS or feeling
OVERWHELMED?

YOU HAVE OPTIONS. WE CAN HELP.

**By phone and in person.
Your place or ours.**

Crisis Intervention Services

127 Cedar Street. 7 days a week.

Office Hours: 8:30am to 10:00pm


Mobile Hours: 10:00am to 10:00pm everyday.



24-hour Crisis Line 705.675.4760

Outil utile : liste de vérification concernant les rendez-vous et ce qu'il faut apporter

Ce qu'il faut apporter dépend de la raison de la visite. Utilisez ce guide comme aide-mémoire.

Visite	Ce qu'il faut apporter
Chaque visite	<p>1. Le ministère de la Santé et de Soins de longue durée nous oblige à vérifier la carte Santé de votre enfant à chaque visite (p. ex. Assurance-santé de l'Ontario, Régime d'assurance maladie universitaire (RAMU) ou carte santé d'une autre province).</p> <p> Assurez-vous que les coordonnées que vous nous avez fournies sont à jour. De plus, dites-nous avec qui nous devons communiquer en cas d'urgence. Si nous ne pouvons pas laisser de message du fait que la boîte vocale est pleine ou si nous ne pouvons pas confirmer qu'il s'agit de votre système de messagerie courriel personnel, nous pourrions envoyer une lettre chez vous. Cette lettre renfermera des renseignements personnels sur la santé.</p> <p>2. Liste de tous les médicaments : médicaments en vente libre, contraception, vitamines, suppléments et produits à base d'herbes médicinales. Indiquez le nom de marque et la dose et précisez le nombre de fois par jour que votre enfant ou adolescent prend le produit. Apportez les contenants originaux, surtout si les médicaments n'ont pas été prescrits par votre médecin de famille (p. ex. un spécialiste). Nous voulons nous assurer d'avoir la liste à jour des médicaments que prend votre enfant ou adolescent.</p>
Jour de l'évaluation	<p>1. Pour l'évaluation nutritionnelle, apportez le journal d'alimentation. Remplissez-le pendant une période de 7 jours avant votre rendez-vous. Incluez tous les aliments et toutes les boissons. Il est très important d'y noter les repas en temps « réel ». Même à la fin de la journée, il est difficile de se souvenir de ce qu'on a mangé; par conséquent, les renseignements sont moins exacts.</p> <p>2. Pour l'évaluation médicale :</p> <ul style="list-style-type: none">a. Mesures de la taille et du poids prises dans le passé. Vous pouvez obtenir ces renseignements dans les dossiers de soins primaires, les dossiers du Service des urgences ou vos propres dossiers (y compris les marques sur le mur).b. La liste de TOUS les médicaments, y compris le nom, la dose et la fréquence à laquelle ils sont pris (y compris les méthodes de contraception, les aérosols-doseurs, les onguents, les gouttes ou les aides au sommeil). La liste des vitamines, des suppléments et des produits à base d'herbes médicinales, y compris le nom de marque, la dose et la fréquence à laquelle ils sont pris.

	<ul style="list-style-type: none"> c. La présence de maladie physique ou psychiatrique dans la famille, chez les membres de premier ou de deuxième degré (parents, grands-parents et frères et sœurs biologiques et demi-frères et demi-sœurs). <p>3. Pour tous les membres de la famille :</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Collations et boissons b. Choses à faire pour passer le temps (p. ex. jeux, livres ou autocollants).
--	---

Pendant que vous attendez



Atelier pour aidants

Si vous êtes sur une liste d'attente pour recevoir nos services, vous pouvez appeler notre secrétaire pour vous inscrire à l'atelier pour aidants. Cet atelier fournit des renseignements sur les troubles alimentaires. Les membres de la famille d'un enfant ou d'un adolescent qui n'a pas reçu, officiellement, de diagnostic de trouble alimentaire peuvent tout de même assister à l'atelier, mais en sachant que toute la documentation éducative fournie pourrait ne pas s'appliquer au membre de leur famille.

Nous encourageons tous les membres de la famille d'un jeune ayant reçu un diagnostic de trouble alimentaire qui sont inscrits à notre programme à participer à cet atelier.

L'atelier pour aidants se donne sur deux jours et a lieu à divers moments au cours de l'année. Il se déroule de 9 h à 16 h et est offert au 127, rue Cedar, à Sudbury, dans la salle 418 (auditorium).

Pendant l'atelier, on revoit les renseignements de base et les renseignements essentiels concernant les troubles alimentaires et leur effet sur la personne concernée et sa famille, ainsi que les rôles et les responsabilités de l'aidant pendant le processus de rétablissement. Grâce à l'éducation, à des démonstrations vidéo et à la mise en pratique de compétences, les aidants apprendront des stratégies utiles d'interruption des symptômes et de soutien émotionnel.

Par ailleurs, les aidants apprendront des moyens de repérer et de surmonter les obstacles qui pourraient les empêcher d'épauler leur proche pendant le rétablissement en trouvant des solutions possibles.

Pour connaître les dates de cet atelier de deux jours et vous y inscrire, appelez-nous au 705 523-4988, poste 4211.

Suggestions de lecture

Livres



1. Lock, James et Daniel LeGrange. *Help Your Teenager Beat an Eating Disorder*, New York, The Guilford Press, 2004.
ISBN : 1 57230-908-3.

2. McCabe Randi, Traci McFarlane et Marion Olmstead.
Overcoming Bulimia Workbook, New Harbinger Publication, 2003.
ISBN : 9-781572 243262.

Sites Web



1. Understanding Eating Disorders in Adolescence :
<https://canped.ca/>

2. Kelty Eating Disorders, Meal Support Fact Sheet :
<https://keltyeatingdisorders.ca/wp-content/uploads/2016/08/Kelty-FactSheet-English-FINAL.pdf>

3. Maudsley Parents : <http://www.maudsleyparents.org/>

4. Families Empowered and Supporting Treatment of Eating Disorders (FEAST) :
<http://www.feast-ed.org/>

5. National Eating Disorders Information Centre (NEDIC) : <http://nedic.ca/>
6. National Eating Disorders Centre (Australie); comprend une trousse d'outils pour les parents :
<http://www.nationaleatingdisorders.org/sites/default/files/Toolkits/ParentToolkit.pdf>