

## RENSEIGNEMENTS SUR NOS SERVICES THÉRAPEUTIQUES

- Type de services :
  - 1) Groupes : *Art-thérapie, Art-thérapie sur le thème de l'abus sexuel, Discussion, Dramathérapie, Musicothérapie et Thérapie par la Relaxation* ;
  - 2) Individuel : Diverses modalités (*Art-thérapie, Counselling, Dramathérapie, etc.*).

But de la thérapie : Permettre à la personne de s'outiller afin de résoudre des difficultés, de mieux faire face à sa situation, d'éviter l'hospitalisation, ainsi que de retrouver son autonomie et l'estime de soi.

Note : Aucune référence n'est requise. Tout service (entrevue d'évaluation, participation, visite au Centre) est offert sur rendez-vous seulement.
- Langues : Français ou anglais.
- Horaire : Du lundi au vendredi. La majorité de nos services sont offerts durant le jour. Cependant, quelques services sont offerts en soirée. Lors de votre demande de service, un membre du personnel vous informera des ouvertures possibles. Tous les services sont offerts selon les ressources humaines et financières disponibles et selon l'entente et l'horaire des intervenantes et stagiaires (stages ou programme d'emploi-étudiant).
- Fréquence : Hebdomadaire - Un membre peut participer à un (1) seul service à la fois au Centre.
- Durée des rencontres: 2 heures pour les groupes et 1 heure pour les rencontres individuelles.
- Durée du service :
 

Saison régulière : Débute à l'automne (septembre, octobre ou novembre) et se termine au mois d'avril, mai ou juin de l'année suivante.

Groupes : Environ 6 à 9 mois, sauf pour les groupes *long terme* dont la durée peut s'échelonner sur quelques années.

Rencontres individuelles : Ce service peut débuter à tout moment de l'année (maximum de 20 rencontres consécutives).
- Frais : Services gratuits. De minimes frais annuels administratifs (carte de membre) sont payables sur participation seulement.

## CRITÈRES CLINIQUES DE PARTICIPATION

- Être âgé(e) entre 18 et 65 ans inclusivement ;
- Vivre des difficultés psychologiques et émotives liées à un problème spécifique (ex. : isolement, transitions de vie, abus, pertes, malaise psychiatrique, etc.) ;
- Résider à Montréal et les environs ;
- Démontrer un intérêt à développer les points suivants ou une capacité propre à :
 

|   |   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• la motivation</li> <li>• l'engagement</li> <li>• l'introspection et les prises de conscience</li> <li>• l'écoute</li> <li>• le partage de ses pensées et ses émotions</li> <li>• le partage de l'espace thérapeutique avec les autres</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• la réception des rétroactions (feedback) verbales et non verbales</li> <li>• l'autonomie</li> <li>• la tolérance des émotions ou des situations de malaise</li> <li>• l'établissement d'un lien de confiance avec un(e) intervenant(e) en santé mentale et avec les autres.</li> </ul> |
|---|---|

Accès au Centre : *Les lieux ne sont pas adaptés pour accueillir des personnes en fauteuil roulant.*

## COMMENT FAIRE UNE DEMANDE DE SERVICE

La personne intéressée à participer aux services du Centre doit :

- Faire elle-même sa demande :
  - Par Internet - [www.expressionlasalletherapies.ca](http://www.expressionlasalletherapies.ca) : 1. En consultant la liste des services offerts, à la section « *Thérapies* », afin de l'aider dans ses préférences de listes d'attente (maximum 2) ; 2. En complétant le formulaire d'inscription en ligne ; ou
  - Par téléphone : En communiquant au Centre au 514-368-3736 : 1. Pour obtenir des informations ; 2. Pour communiquer ses préférences de listes d'attente (maximum 2).
- Compléter un questionnaire par téléphone avec une intervenante (durée d'environ 30 minutes), afin d'identifier si les services sont appropriés à ses besoins et discuter de son(ses) choix de liste(s) d'attente.