



RÉTROACTION DE CONSULTATION DES FAMILLES: SANTÉ MENTALE

| CE QUE VOUS AVEZ DIT | CE QUE NOUS FAISONS |
|---|---|
| <p>Les familles ont besoin d'être mieux renseignées sur « ce à quoi elles peuvent s'attendre » lorsqu'un militaire revient d'un déploiement de façon à ne pas confondre les difficultés habituelles avec l'état de stress post-traumatique (ESPT).</p> | <p>On vous écoute! Selon votre rétroaction, qui a été acheminée à la responsable de la santé mentale pour les SFM, nous allons continuer d'améliorer la disponibilité de la formation En route vers la préparation mentale (RVPM). À l'heure actuelle, 27 des 32 CRFM sont en mesure d'offrir la formation RVPM. Renseignez-vous au CRFM de votre région pour vous inscrire à la formation.</p> |
| <p>Demande de ressources en matière de santé mentale pour les enfants et les familles</p> | <p>Cette rétroaction a été acheminée à la responsable de la santé mentale pour les SFM. La LIF fournit du soutien, du counselling et des orientations vers de nombreuses ressources (détails sur les ressources en santé mentale); apprenez-en davantage sur les Services de l'Aumônerie ici; les SFM cherchent à offrir davantage de services en santé mentale – consultez les mises à jour ici; les services en santé mentale font partie d'une campagne d'éducation courante intitulée « Le saviez-vous? ». Renseignements éducatifs et de sensibilisation affichés sur les pages Facebook et Twitter des SFM.</p> |
| <p>Ateliers sur le stress à l'intention des enfants</p> | <p>Cette rétroaction a été acheminée aux responsables des programmes pour les SFM. Commentaire envoyé au personnel des programmes des SFM; communiquez avec votre CRFM local pour en connaître davantage sur les programmes Nos enfants et le stress et Amis pour la vie.</p> |
| <p>Demande de ressources en santé mentale pour les membres des FAC</p> | <p>Les ressources disponibles pour les membres et les familles se trouvent ici ou vous pouvez contacter la Ligne d'information pour les familles tous les jours, 24 heures sur 24.</p> |
| <p>Demande quant à la facturation directe pour les services en santé mentale</p> | <p>Nous avons contacté Sun Life. Ils ont dit que la Financière Sun Life offre la facturation directe pour la plupart des services, dont les services de santé mentale fournis par des praticiens agréés. Demandez à votre fournisseur de services de communiquer directement avec la Sun Life pour la facturation directe au 1-855-301-4786.</p> |
| <p>Nécessité d'obtenir les services de professionnels en santé mentale compétents qui prodigueront des soins cliniques</p> | <p>Cette rétroaction a été acheminée à la responsable de la santé mentale pour les SFM. Il existe présentement de nombreuses ressources de santé mentale pour les familles, tel que des services de counselling de courte durée, des guides ressources et des programmes pour les familles. Consultez les mises à jour sur le site Web en cliquant ici.</p> |
| <p>Existe-t-il des cours ou des ateliers qui favorisent ou renforcent la résilience? « Nous connaissons tous quelqu'un qui ne semble pas éprouver de difficulté avec les changements et les transitions qui font partie de cette vie. Je veux apprendre à accroître ma capacité d'adaptation. »</p> | <p>Il s'agit là d'une excellente discussion sur la résilience. Nous vous recommandons de vous informer auprès de votre CRFM pour connaître les ressources offertes, y compris le programme RVPM, et de consulter des sites comme celui-ci ou encore celui-ci (en anglais seulement) qui suggèrent différentes façons de renforcer la résilience.</p> |



Pourquoi ne pas avoir un médecin de famille opérationnel pour la santé mentale — on donne à chaque famille en affectation de l'information sur les professionnels de la santé mentale qui acceptent de nouveaux patients.

À l'heure actuelle, l'orientation vers des médecins de famille opérationnels se limite à la région de la capitale nationale, quoique des expansions soient prévues dans un avenir proche. En ce moment, les [CRFM](#) peuvent fournir des renseignements aux familles quant aux services de santé mentale dans leurs communautés, y compris des orientations et des services de counselling. Dans certains cas, un médecin de famille peut également orienter un patient vers un professionnel de la santé mentale.

Il faut encore combattre le préjugé selon lequel se prévaloir des services de santé mentale nuit à la carrière des militaires.

Les FAC ont lancé une campagne en ligne pour réduire les préjugés et accroître la sensibilisation en ce qui a trait aux ressources en santé mentale pour les membres des FAC et leur famille. Jetez un coup d'œil à leur site Web [ici](#) et dites-nous ce que vous en pensez.

Des déplacements fréquents et des séances de formation à l'extérieur de la ville engendrent plus de stress au sein des familles — y a-t-il moyen de réduire le nombre de formations à l'extérieur de la ville?

Nous avons vérifié avec nos collègues en gestion de carrière et la formation a tendance à surtout avoir lieu dans des « Centres d'excellence » ou à des endroits précis partout au pays exigeant souvent un déplacement pour s'y rendre (exemple [ici](#)). Un membre des FAC peut parler à son gestionnaire de carrières pour discuter de la possibilité de limiter les formations données à l'extérieur de la ville.

Les CRFM pourraient « faire beaucoup mieux pour assurer des services de soutien en cas d'urgence ».

Cette rétroaction a été acheminée à la responsable de la santé mentale pour les SFM. Pour connaître les services de soutien en cas d'urgence, consultez ce guide : [Vous n'êtes pas seul](#). Vous pouvez également utiliser la [Ligne d'information pour les familles](#) en tout temps pour obtenir de l'aide et savoir quels services sont offerts dans votre région.

Et qu'en est-il du counselling pour le conjoint habitant avec un militaire souffrant d'ESPT?

Cette rétroaction a été acheminée à la Ligne d'information pour les familles ainsi qu'à la responsable de la santé mentale pour les SFM. Pour obtenir du soutien, communiquez avec [la Ligne d'information pour les familles](#) tous les jours, 24 heures sur 24. Voici d'autres liens qui pourraient vous être utiles : [Ressources pour les militaires et leurs familles](#); [Vous n'êtes pas seul](#), [Programme d'aide aux membres](#).

Santé mentale : Saviez-vous?

| | |
|---|--|
| <p>Inquiétude au sujet de vie privée et du fait d'« être vues » parce que tous les services de santé mentale occupent le même étage</p> | <p>Certaines familles ont fait part de leur inquiétude au sujet de leur vie privée et du fait d'« être vues » parce que tous les services de santé mentale occupent le même étage. Ce commentaire a été transmis au Groupe de services de santé des FAC et à la Direction de la santé mentale des FAC. Le Groupe de services de santé des FAC tient à souligner que la question de la vie privée de ses clients n'est pas traitée à la légère et que la santé des membres des FAC et de leur famille demeure une priorité. Saviez-vous que vous pouvez trouver ici tous les services offerts aux militaires et à leur famille?</p> |
| <p>Programmes pour aider les enfants à surmonter l'anxiété</p> | <p>Saviez-vous que la plupart des CRFM offrent plusieurs programmes pour aider les enfants des familles des militaires à surmonter la peur, l'anxiété et la dépression? Renseignez-vous ici au sujet des programmes nationaux ainsi que les programmes locaux aux CRFM ici.</p> |



Les SFM devrait est les défenseurs inconditionnels des familles avec le commandement

Les SFM sont les défenseurs inconditionnels des familles tous les jours et communiquent fréquemment avec le commandement pour mettre la question des familles au premier plan. Chaque année, en septembre, nous rencontrons tous les commandants des bases, escadres et unités; nous communiquons régulièrement avec le directeur général – Services de bien-être et moral, le commandant du Commandement du personnel militaire et le chef d'état-major de la défense. Ces échanges ont donné lieu au [Programme d'aide à la transition \(PAT\) de carrière aux conjoint\(e\)s militaires](#), [recherches sur la santé des militaires et les familles des militaires](#), [présentation au sujet des familles des militaires](#) au Forum canadien des expert en autisme, présentation au sujet des familles des militaires à [l'association canadienne pour la thérapie conjugale et familiale](#), [l'inclusion des programmes et des services visant les familles des militaires](#) au [Guide des proches aidants en santé mentale](#), financement d'un nouveau poste dont le titulaire se consacre à l'emploi des conjoints et à des changements dont le [financement par le Conseil du Trésor de services de tutorat pour les familles](#) qui reviennent de l'étranger, une [nouvelle politique sur les services de garde d'enfants](#), [quinze intervenants habituels](#) sont chargés régulièrement de répondre aux demandes d'information des familles. De plus, par suite de vos commentaires sur #MaVoix et de ceux d'autres familles, l'Agence du revenu du Canada a accepté de [modifier la procédure de détermination du statut de résident dans le cas des conjoints des membres des FAC en affectation à l'étranger](#).