

La maladie mentale :

BRISER LE SILENCE

Au Canada, on estime qu'une personne sur cinq souffrira de maladie mentale au cours de sa vie. Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), la dépression deviendra d'ici une quinzaine d'années la deuxième cause d'invalidité dans le monde, juste après les maladies cardiovasculaires.

Malgré ces données troublantes, qui devraient sonner l'alarme, la maladie mentale demeure encore de nos jours un sujet tabou. Ceux qui en souffrent ont honte, cherchent généralement à dissimuler leur mal, et leur entourage, faute de connaissances et de moyens, ne savent pas comment leur venir en aide. « *La sensibilisation des personnes et le dépistage précoce sur le terrain sont des moyens efficaces de rompre ce cercle vicieux et de briser les barrières à la consultation* », soutient Suzanne Dubois, directrice générale de la Fondation des maladies mentales (FMM).

La FMM a vu le jour en 1980 grâce à l'initiative de son président-fondateur, D^r Yves Lamontagne, maintenant président du Collège des médecins du Québec. L'actuelle présidente est Jocelyne Monty. Dès le départ, la Fondation s'est donnée un double mandat : sensibiliser la population à la maladie mentale et contribuer à son dépistage précoce ; soutenir la recherche scientifique et venir en aide aux personnes atteintes.

L'organisme est financé par les dons individuels, sollicités au cours d'une campagne annuelle de publi-postage, et par la générosité de la communauté d'affaires. La dernière campagne de financement a permis à la Fondation d'amasser près de 3 millions de dollars.

Deux programmes sur le terrain

« *Ça me travaille* » est le nouveau programme de sensibilisation mis sur pied par la FMM. Dans la mire, cette fois : les entreprises et les milieux de travail.

Ce programme comprend trois volets. Le premier est une conférence-midi dont le but est de démythifier les maladies mentales, notamment la dépression, auprès d'un groupe de travailleurs d'une

entreprise. Le deuxième volet s'adresse aux gestionnaires. En plus de renseigner ces derniers sur les maladies mentales, un atelier d'une durée trois heures sert aussi à leur donner des outils permettant de mieux gérer le personnel atteint. Le troisième volet est destiné aux pairs aidants et vise à accroître leurs connaissances et leurs habiletés en la matière. Les pairs aidants sont des individus reconnus par

trois dernières années du secondaire. « *Ce dernier s'adresse "à l'ami"*, précise Charles Gagné, directeur des programmes à la Fondation. *On ne cherche pas à faire de l'ami un sauveur, mais quelqu'un qui saura reconnaître les symptômes et sera en mesure d'orienter son camarade vers des ressources compétentes.* »

Offert gratuitement sur tout le territoire du Québec, ce programme a permis à ce



Photo : Paul Ducharme

Lors du lancement du programme « Ça me travaille » : André Corriveau, directeur, Centre d'appels Hydro-Québec et membre du conseil d'administration; Suzanne Dubois, directrice générale, et D^r Martin Tremblay, psychiatre au CHUM, codirecteur d'Expertise NeuroSciences et porte-parole médical de la Fondation des maladies mentales.

l'entreprise qui apportent du soutien aux personnes atteintes ou susceptibles de l'être et qui, par conséquent, favorisent le recours à l'aide professionnelle.

En place depuis octobre 2003, ce programme a permis de rejoindre plus de 1 000 dirigeants et employés de grandes, petites et moyennes entreprises et s'adresse à toutes les catégories de travailleurs.

En 1999, les sommes recueillies par la Fondation ont été utilisées pour financer le programme « *Solidaire pour la vie* » conçu à l'attention des étudiants des

jour de rejoindre 370 000 jeunes, parents et intervenants. C'est d'ailleurs grâce au succès de ce dernier que la Fondation a décidé d'en lancer un à l'intention des entreprises. « *Investir dans la sensibilisation et le dépistage de la maladie mentale en milieu de travail tombait sous le sens, avance Suzanne Dubois, puisque 35 % de l'absentéisme au travail est relié à la maladie mentale.* »

Voilà des interventions qui, en portant fruit sur le plan humain, participent au maintien d'un bon rendement. ■