

## Les thèmes des modules

### Le syndrome de stress post-traumatique (SSPT)

Ce module fournit des renseignements de base sur le syndrome de stress post-traumatique (SSPT), notamment :

- les signes indiquant qu'une personne est aux prises avec un syndrome de stress post-traumatique ;
- les différences entre les réactions normales à un traumatisme et le syndrome de stress post-traumatique ;
- les effets du syndrome de stress post-traumatique sur la personne qui en souffre et sur son entourage ;
- les manières de réagir face à une personne ayant vécu un événement traumatisant.

### La psychose

Ce module fournit des renseignements de base sur la psychose, notamment :

- ce qu'est la psychose ;
- les signes et les symptômes de la psychose ;
- les maladies associées à la psychose ;
- les manières d'aider et de soutenir une personne aux prises avec une psychose ou qui s'en rétablit.

### La schizophrénie

Ce module fournit des renseignements de base sur la schizophrénie, notamment :

- ce qu'est la schizophrénie et ses effets sur la vie d'une personne ;
- les principaux signes et symptômes de la schizophrénie ;
- les types de traitement, notamment les médicaments et l'intervention précoce ;
- la manière de réagir efficacement face à une personne atteinte de schizophrénie.

### Les étapes du changement

Ce module fournit des renseignements de base sur les étapes du changement, notamment :

- ce qu'est le modèle des étapes du changement ;
- le mode de fonctionnement du modèle des étapes du changement ;
- l'incidence du modèle des étapes du changement sur les gens ;
- la manière dont vous pouvez utiliser le modèle des étapes du changement dans votre vie professionnelle ou privée.

### Les préjugés

Ce module fournit des renseignements de base sur les préjugés et leur incidence sur les personnes, notamment :

- ce qu'est un préjugé ;
- le lien existant entre le préjugé, l'opinion préconçue et la discrimination ;
- les facteurs alimentant les préjugés ;
- les incidences des préjugés sur les personnes ;
- les stratégies pratiques pour éliminer les préjugés.

[www.camh.net/mha101](http://www.camh.net/mha101)

## Santé mentale et toxicomanie 101

« Étant donné qu'un Canadien sur cinq devrait être confronté à un grave problème de santé mentale ou de dépendance au cours de sa vie, tout le monde a intérêt à mieux se renseigner sur ces questions »

Santé Canada (2002)

Le Centre de toxicomanie et de santé mentale propose maintenant des cours en ligne gratuits, concis et conviviaux à toute personne qui désire parfaire ses connaissances sur les sujets de la toxicomanie et de la santé mentale.

### Des modules pour celles et ceux qui :

- travaillent dans des rôles non cliniques dans les domaines de la consommation d'alcool ou d'autres drogues et de la santé mentale ;
- se trouvent en présence de personnes confrontées à des problèmes liés à la consommation d'alcool ou d'autres drogues ou à des problèmes de santé mentale, quel que soit le cadre de travail ;
- ont des amis ou des membres de leur famille aux prises avec des problèmes liés à la consommation d'alcool ou d'autres drogues ou des problèmes de santé mentale.

### Des activités d'apprentissage interactives

**Mythe ou réalité ?** – Connaissez-vous vraiment les faits ?

**Exercice** – Résolvez des problèmes concrets

**Révision rapide** – Testez vos connaissances

**Mots croisés** – Révissez quelques définitions



[www.camh.net/mha101](http://www.camh.net/mha101)



Centre for Addiction and Mental Health  
Centre de toxicomanie et de santé mentale

Un Centre collaborateur de l'Organisation panaméricaine de la santé  
et de l'Organisation mondiale de la Santé  
Affilié à part entière à l'Université de Toronto

## Les thèmes des modules

### Les troubles anxieux

*Ce module fournit des renseignements de base sur les troubles anxieux, notamment :*

- la différence entre une angoisse normale et un trouble anxieux ;
- les signes indiquant qu'une personne souffre peut-être d'un trouble anxieux ;
- les manières de traiter les troubles anxieux.

### Le trouble bipolaire

*Ce module fournit des renseignements de base sur le trouble bipolaire, notamment :*

- les signes et les symptômes du trouble bipolaire ;
- les différences entre un épisode maniaque et un épisode dépressif ;
- les effets du trouble bipolaire sur la vie d'une personne ;
- la manière de réagir utilement face à une personne ayant un trouble bipolaire.

### Les troubles concomitants

*Ce module fournit des renseignements de base sur les troubles concomitants, notamment :*

- ce que sont les « troubles concomitants » ;
- les causes des troubles concomitants ;
- la manière dont les troubles de santé mentale et ceux liés à la consommation d'alcool ou d'autres drogues peuvent interagir entre eux ;
- les manières de traiter les troubles concomitants ;
- la manière de réagir face à une personne ayant des troubles concomitants.

### La dépression

*Ce module fournit des renseignements de base sur la dépression, notamment :*

- la différence entre une tristesse normale et une dépression majeure ;
- les signes et les symptômes de la dépression majeure ;
- les moyens d'aider et de soutenir les personnes atteintes de dépression

### La réduction des méfaits

*Ce module fournit des renseignements de base sur la réduction des méfaits en ce qui concerne la consommation d'alcool ou d'autres drogues, notamment :*

- ce qu'est la « réduction des méfaits » ;
- les avantages de la réduction des méfaits dans le domaine de la consommation d'alcool ou d'autres drogues ;
- des stratégies concrètes pour appliquer les principes de la réduction des méfaits.

## Les thèmes des modules

### Introduction aux dépendances

*Ce module fournit des renseignements de base sur les dépendances, notamment :*

- ce qu'est la « dépendance » ;
- la manière dont la dépendance se développe ;
- les facteurs de risque et les facteurs de protection en ce qui concerne la dépendance ;
- les effets de la dépendance ;
- les signes indiquant qu'une personne est susceptible d'avoir une dépendance ;
- la manière de réagir face à une personne susceptible d'avoir une dépendance.

### Introduction à la santé mentale

*Ce module fournit des renseignements de base sur la santé mentale, notamment :*

- ce qu'est la « santé mentale » ;
- ce qu'est la « maladie mentale » ;
- les facteurs qui exposent les personnes au risque d'avoir des problèmes de santé mentale ;
- les manières de favoriser la santé mentale.

### Les personnes âgées

*Ce module fournit des renseignements de base sur les questions de santé relatives aux personnes âgées, notamment :*

- une définition de l'âgeisme ;
- la différence entre ce qui est normal et ce qui ne l'est pas dans le vieillissement ;
- la difficulté d'élucider les causes des changements de comportement chez les personnes âgées ;
- les problèmes éventuels liés à la consommation d'alcool ou d'autres drogues, à la santé mentale et au jeu ;
- les manières d'améliorer la communication avec les personnes âgées.

### Les troubles de la personnalité

*Ce module fournit des renseignements de base sur les troubles de la personnalité, notamment :*

- ce qu'est un trouble de la personnalité ;
- la manière dont se développe un trouble de la personnalité ;
- les signes et les symptômes des différents types de troubles de la personnalité ;
- les effets des troubles de la personnalité sur la vie d'une personne ;
- la manière dont les troubles de la personnalité sont traités ;
- la manière de réagir face à une personne ayant un trouble de la personnalité.