

# ECHO® CHUM

## Troubles concomitants- JEUNESSE

Programme de télémentorat accrédité  
par le DPC de l'Université de Montréal

Sujet de la capsule :

**L'espoir dans le rétablissement**

Date de la séance : 2025-10-29

**Camille Dupont et Andrew Cully**

Pairs-aidants

**CECTC** Centre d'expertise  
et de collaboration  
en troubles concomitants



# Déclaration d'intérêt des membres du comité scientifique

Nom	Détails
Simon Dubreucq	aucun
Clairelaine ouellet Plamondon	aucun
Camille Fournier	aucun
Anne Wittevrongel	aucun
Jane Marie Ramil	aucun
Guylaine Sarrazin Karine Lemay Stéphanie Grondin	Aucun Aucun aucun

**CECTC** Centre d'expertise  
et de collaboration  
en troubles concomitants

expertise  
collaboration  
concomitants



# Atténuation des biais

---

Sans objet

Stratégies utilisées:

*Ce programme bénéficie d'une subvention à visée éducative du  
Ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec et de RBC Banque  
Royale.*

**CECTC** Centre d'expertise  
et de collaboration  
en troubles concomitants



# Déclaration de conflits d'intérêts réels ou potentiels

**Nom du conférencier :** Camille Dupont et Andrew Cully



**Je n'ai aucun conflit d'intérêt réel ou potentiel en lien ou non avec le contenu de cette présentation.**

# Objectifs de la capsule de formation

1

Réfléchir sur le concept d'espoir dans le contexte des troubles concomitants.

2

Bénéficier de points de vue expérientiels diversifiés provenant de pairs-aidants.

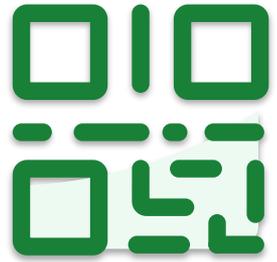
3

Sensibiliser à l'impact de l'espoir.

4

Encourager la réflexion sur sa propre posture professionnelle face à l'espoir.

**Do not edit**  
How to change the  
design



**Join at [slido.com](https://slido.com)  
#1571498**

**i** The Slido app must be installed on every computer you're presenting from

**slido**



**L'espoir, c'est quoi au juste ?**



**Quel est le rôle principal  
de l'espoir dans le  
processus de  
rétablissement ?**

# Nommer l'espoir



# Nommer l'espoir



# Nommer l'espoir



**CECTC** Centre d'expertise  
et de collaboration  
en troubles concomitants



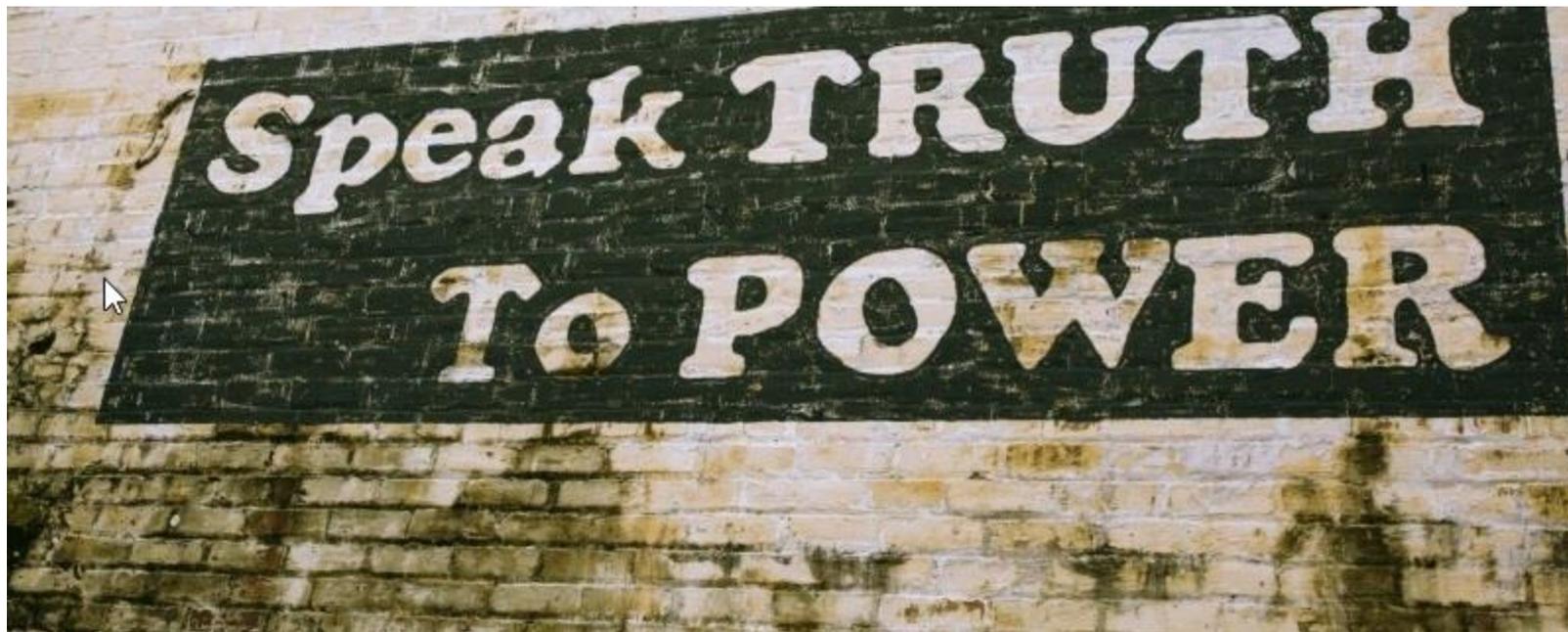
# Voir ce qu'on ne voit plus

Mon 16	Tue 17	Wed 18	Thu 19	Fri 20
Follow-up day	GSD day	Meeting day	Prioritization day	Planning day
Breakfast   Reading time 7 - 8am	Breakfast   Reading time 7 - 8am	Breakfast   Reading time 7 - 8am	Breakfast   Reading time 7 - 8am	Breakfast   Reading time 7 - 8am
Travel   Commute   Exercise 8 - 9am	Travel   Commute   Exercise 8 - 9am	Travel   Commute   Exercise 8 - 9am	Travel   Commute   Exercise 8 - 9am	Travel   Commute   Exercise 8 - 9am
Emails   Follow-ups 9 - 11am	Work GSD block   Growth things 9 - 10:30am	Weekly team meeting: Theme 2 9 - 10am	Personal GSD block 9 - 10am	Block for small tasks 9 - 11am
Calls 11am - 12pm	Work GSD Block   Team things 10:30am - 12pm	Walk   Coffee break, 10am 1x1 meeting 10:30am - 12pm	Top-priority tasks 10am - 12pm	Reflect on this week 11am - 12pm
Lunch break   Relax 12 - 1pm	Lunch break   Relax 12 - 1pm	Lunch break   Relax 12 - 1pm	Lunch break   Relax 12 - 1pm	Lunch break   Relax 12 - 1pm
Calls 1 - 2pm	Work GSD block   Management things 1 - 2:30pm	Weekly team meeting: Theme 2 1 - 2pm	Easy tasks * 1 - 2:30pm	Prep for next week 1 - 3pm
Walk   Coffee break 2 - 2pm	Wild card   Free block 2:30 - 4:30pm	Offsite meeting 2 - 4:30pm	Wild card   Free block 2:30 - 4:30pm	Celebrate EOW 3 - 4:30pm
Block for tasks you don't want to do 2:30 - 4:30pm				
Wrap up 4:30pm	Wrap up 4:30pm	Wrap up 4:30pm	Wrap up 4:30pm	Wrap up 4:30pm

## Voir ce qu'on ne voit plus



## Repenser le soin



# Repenser le soin



# Voir à travers le brouillard collectif



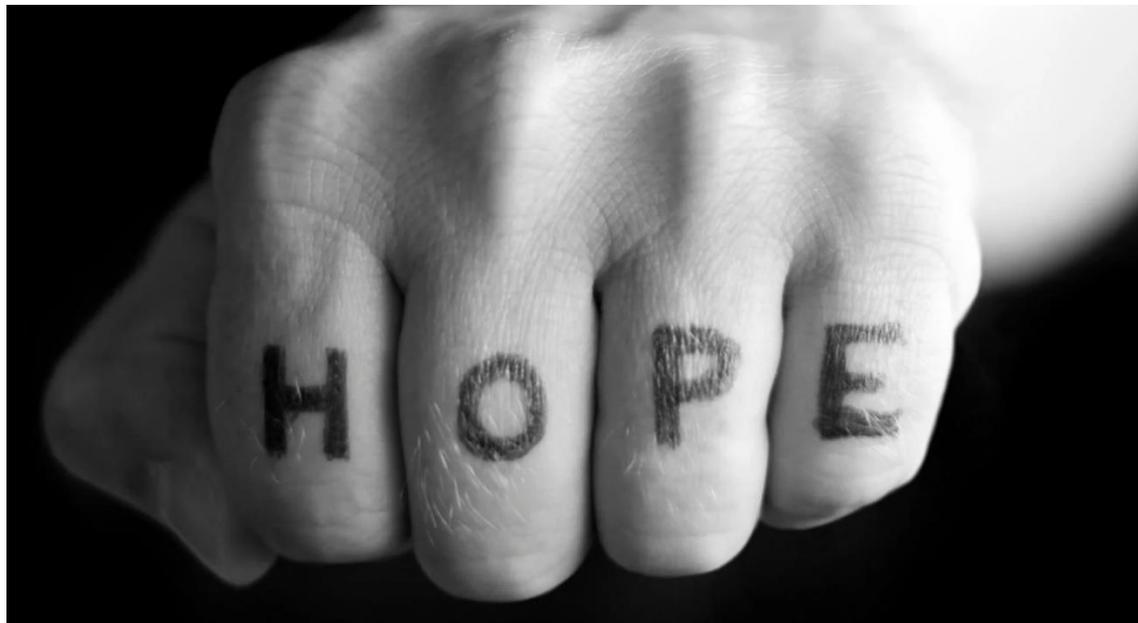
**CECTC** Centre d'expertise  
et de collaboration  
en troubles concomitants



## Voir à travers le brouillard collectif



# L'espoir dans la pratique quotidienne



# L'humilité comme lumière



## Conclusion – L'espoir lucide



# Ma vision de l'espoir



# Rétablissement personnel



# Pair-aidance

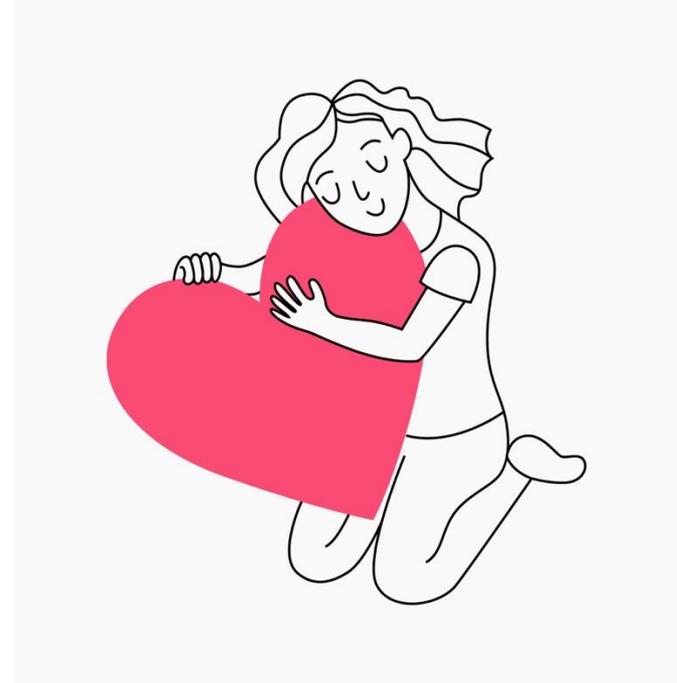


- Utiliser un langage d'espoir.
- Parler non seulement des symptômes, mais aussi des forces.
- Mettre en avant les réussites, même les plus petites.
- Valoriser l'autodétermination : laisser la personne choisir ses propres objectifs.
- Faire appel aux pairs-aidants, qui incarnent la preuve vivante qu'un autre futur est possible.
- Créer un environnement soutenant et sans jugement.



# Messages clés

**L'espoir c'est la conviction intime que je ne suis pas réduit à mes diagnostics ou à ma dépendance.**



# QUESTIONS? COMMENTAIRES?

**CECTC** Centre d'expertise  
et de collaboration  
en troubles concomitants



# MERCI!

Pour information

**Contactez**

[echo.tc.cectc.chum@ssss.gouv.qc.ca](mailto:echo.tc.cectc.chum@ssss.gouv.qc.ca)

**Contactez Camille Dupont ou Andrew Cully**

[Camille.dupont.chum@ssss.gouv.qc.ca](mailto:Camille.dupont.chum@ssss.gouv.qc.ca)

[Andrew.cully.chum@ssss.gouv.qc.ca](mailto:Andrew.cully.chum@ssss.gouv.qc.ca)

**Visitez notre site :**

<https://ruiss.s.umontreal.ca/cectc/services/echo-troubles-concomitants/>

*Ce programme bénéficie d'une subvention à visée éducative du Ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec*

