

# Une meilleure recherche conduit à un meilleur traitement



## Le Royal reçoit un don anonyme de 1,5 \$ million pour la recherche

Ces fonds permettront aux chercheurs d'examiner les biomarqueurs des pensées suicidaires, de faire progresser les traitements de la dépression majeure et d'étudier les effets de la pandémie de COVID-19.

Un don transformateur de 1,5 \$ million provenant de donateurs anonymes aidera trois initiatives de recherche clés de l'Institut de recherche en santé mentale (IRSM) du Royal à réaliser des progrès significatifs pour améliorer la santé mentale.

**Ce don est géré par l'entremise du fonds du donateur à la Fondation communautaire d'Ottawa, et il financera des recherches en santé mentale dans les domaines suivants :**

- Les indicateurs physiques du cerveau, appelés « biomarqueurs », qui peuvent aider à diagnostiquer et à traiter la dépression et les pensées suicidaires.

- Les effets de la pandémie de COVID-19 sur le mieux-être mental des résidents en médecine.
- La stimulation magnétique transcrânienne répétitive (rTMS) comme nouveau traitement pour les personnes atteintes de dépression persistante.

« À mesure que la pandémie de COVID-19 évolue et que la stigmatisation entourant la maladie mentale se dissipe lentement, de plus en plus de personnes cherchent à obtenir de l'aide. Nous voulons nous assurer d'offrir les meilleurs soins que possible à notre communauté. La recherche joue un rôle clé dans cette démarche », déclare Joanne Bezzubetz, Ph.D., présidente et chef de la direction du Royal. Nous sommes reconnaissants de ce généreux don qui contribuera à stimuler l'innovation et la recherche, qui font partie intégrante de la réalisation de cette vision. »

### EN CETTE SAISON

Mise à jour sur la pandémie  
- Un an plus tard...

Vos dons à  
l'œuvre

Courir pour les  
femmes

Pleins feux sur les  
donateurs

## Un an plus tard...



**A** quelques jours de la remise des prix Inspiration de 2020, les membres de l'équipe de la Fondation de santé mentale Royal Ottawa ont pris leur courage à deux mains et ont remballé leurs dossiers et leurs ordinateurs portables, en rentrant chez eux pour ce qui devait être quelques semaines de travail à domicile.

En cette année sans précédent, la Fondation Royal Ottawa tient à souligner la multitude de sacrifices faits par notre communauté de donateurs. Nous sommes continuellement inspirés par notre équipe dévouée qui ne cesse de se réinventer et de faire preuve de résilience pour maintenir le cap, recueillir des fonds et accroître la sensibilisation à la santé mentale.

Malgré les plans de travail annuels qui ont dû être modifiés, les budgets remaniés et les revenus espérés reportés, la Fondation Royal Ottawa a poursuivi sa mission de soutenir et de servir la communauté. C'est dans un esprit d'optimisme que nous avons décidé de saisir plusieurs occasions pour innover et nous adapter.

De nouvelles plateformes ont été adoptées pour organiser des événements virtuels et mobiliser la

communauté (en affichant des résultats record!), et les patients ont commencé à recevoir leurs soins en ligne (un grand merci à Telus pour son partenariat et ses dons de tablettes).

Cela a permis de réaliser plus de 30 000 visites virtuelles depuis avril, sans compter les contacts effectués par téléphone.

Malgré l'augmentation des besoins en services et soins de santé mentale, la plupart des services ont été contraints de fermer temporairement.

Pour répondre à la demande croissante, la Fondation Royal Ottawa a lancé un cri de ralliement afin de créer une nouvelle clinique d'accès rapide aux soins : la clinique C-PROMPT. L'objectif de cette clinique était de répondre rapidement à ces besoins urgents en santé mentale. Plus de 900 patients y ont reçu des services en quatre mois.

Cette initiative a évolué et nous avons mis en place la Clinique de soins rapides, qui est fondée sur un modèle similaire. Cette nouvelle clinique offre une évaluation spécialisée en santé mentale et une psychothérapie aux personnes atteintes de maladie mentale. Il s'agit de services complémentaires aux autres services

de santé mentale hospitaliers et communautaires. Les clients doivent être aiguillés vers les services de la clinique par un médecin de famille ou un psychologue.

Vous avez lu les manchettes : tout indique qu'il y aura une demande accrue de services de santé mentale longtemps après la fin de la pandémie, tant à l'échelle nationale qu'internationale. Pour répondre à ce besoin, le Royal a lancé une nouvelle stratégie quinquennale qui reflète les commentaires de centaines de clients, de familles, de médecins, de cliniciens, de chercheurs, d'employés et de partenaires communautaires.

Mais l'optimisme renaît à l'approche du printemps et de la mise en place d'une stratégie de vaccination en Ontario. Cependant, nous devons rester vigilants et résolus à assurer notre sécurité à tous.

La Fondation Royal Ottawa est fière de tout ce qu'elle a accompli et espère que vous continuerez de lui faire confiance et de lui accorder vos dons philanthropiques pour l'aider à offrir un meilleur accès aux services de santé mentale, de meilleurs soins et de nouvelles possibilités pour l'avenir.



## PLEINS FEUX SUR LES DONATEURS

# L'avantage de soutenir la santé mentale



**N**iraj Bhargava est un entrepreneur chevronné qui se consacre avec passion à transformer sa communauté. Il est le fondateur, président et directeur général de l'entreprise The New Energy Group et de NuEnergy.ai, qui se spécialisent dans la création de cadres de gouvernance de l'intelligence artificielle (IA), ainsi que de solutions pour relever les défis liés à l'utilisation éthique et fondée sur des principes de ces technologies. En plus d'évaluer la fiabilité des applications d'IA, M. Bhargava est membre bénévole du conseil d'administration du Royal et président de son comité de l'innovation.

« Comme beaucoup d'autres, je cherche à faire ce que je peux pour soutenir notre communauté », dit-il. « Lorsque

*« Il y a tant de choses que nous pouvons et devrions faire pour améliorer la santé mentale dans notre communauté. Faire un don au Royal est une façon de nous soutenir nous-mêmes, ainsi que nos amis, notre famille et nos collègues. »*

mon meilleur ami s'est suicidé il y a cinq ans, j'ai su que je voulais soutenir le Royal et la santé mentale. Il y a beaucoup de gens dans notre communauté qui ne reçoivent pas le soutien dont ils ont besoin et qu'ils méritent. »

M. Bhargava espère faire toute la différence dans sa communauté et apporter son soutien aux clients et familles du Royal par l'entremise de la Fondation Upside.

La Fondation Upside permet aux fondateurs d'entreprises canadiennes en phase de démarrage et à forte croissance d'intégrer la responsabilité sociale dans leur entreprise en promettant des capitaux propres à l'organisme de bienfaisance de leur choix et ainsi de rejoindre une communauté d'entrepreneurs partageant les mêmes idées. L'équipe de NuEnergy.ai est inspirée par l'idée de contribuer à la communauté et elle travaille d'arrache-pied pour assurer son succès.

M. Bhargava espère encourager d'autres entrepreneurs comme lui qui créent des entreprises et veulent changer le monde à envisager de travailler avec la Fondation Upside et à choisir un organisme de bienfaisance qui les interpelle.

« Le concept de partager une partie de vos capitaux en tant que contribution est tout à fait unique et m'interpelle fortement, tout comme d'autres fondateurs d'entreprise », explique-t-il. « Il n'est pas possible pour les entreprises qui démarrent de faire des dons importants à leurs débuts, mais grâce à la Fondation Upside, nous pouvons faire ce don de capitaux à l'organisme de bienfaisance de notre choix et il s'avèrera sans doute beaucoup plus significatif à l'avenir. »

La Fondation Upside a rendu cela possible en créant une solution avantageuse tant pour les entrepreneurs socialement engagés que pour les organismes de bienfaisance. « La santé mentale nous concerne tous », ajoute M. Bhargava. « Il y a tant de choses que nous pouvons et devrions faire pour améliorer la santé mentale dans notre communauté. Faire un don au Royal est une façon de nous soutenir nous-mêmes, ainsi que nos amis, notre famille et nos collègues. »

Le Royal est très reconnaissant à M. Bhargava pour son travail bénévole, sa défense de la santé mentale dans notre communauté, ainsi que pour avoir planifié un don significatif au Royal de cette manière unique.

Pour obtenir plus d'informations sur la façon de faire un don désigné au Royal par l'entremise de la Fondation Upside ou par d'autres moyens, communiquez avec Cynthia Little, présidente et chef de la direction par intérim de la Fondation de santé mentale Royal Ottawa, au **613-722-6521, poste 6874**, ou par courriel à : [Cynthia.little@theroyal.ca](mailto:Cynthia.little@theroyal.ca).

## Vos dons à l'œuvre

Voici quelques exemples de la façon dont vos généreux dons ont permis d'améliorer la vie des clients du Royal :

1. Prestation de formations essentielles au personnel, notamment en thérapie cognitivo-comportementale, en thérapie comportementale dialectique et en gestion des clients atteints d'autisme. Ces formations aident le personnel à mieux s'occuper de nos jeunes clients.
2. Achat de centaines de ressources documentaires et de livres pour les jeunes clients et leur famille. Ces ressources supplémentaires nous aident à mieux soigner les jeunes.
3. Achat d'équipements essentiels, tels que des matelas à réduction de pression et des coussins pour fauteuils roulants, ainsi que des lecteurs de DVD et de CD, des peintures murales, ainsi que des meubles d'extérieur et des fleurs pour la cour de l'unité de gérontopsychiatrie.
4. Ouverture d'un café géré par les clients au Centre de santé mentale de Brockville, afin de leur permettre d'acquérir des compétences professionnelles et pratiques qui leur seront utiles lorsqu'ils feront la transition pour réintégrer la communauté.
5. Achat d'équipements importants qui transforment la vie des clients au Royal, notamment des tables de pique-nique dans les cours des différentes unités, une table de ping-pong et des appareils d'exercice que tous les clients peuvent utiliser.
6. Apprentissage d'aptitudes à la vie quotidienne dans la cuisine d'ergothérapie, où les clients gèrent le programme de boulangerie (« Bakeology »), et dans le laboratoire informatique d'ergothérapie, où les clients peuvent suivre une formation ou poursuivre leurs études.
7. Achat de cadeaux de Noël et de repas spéciaux. De nombreux patients éprouvent de profonds sentiments de solitude et d'isolement pendant la pandémie, et ces petites attentions font toute la différence.
8. Financement de projets de recherche révolutionnaires menés par de nombreux chercheurs de l'IRSM, qui changent et améliorent la façon dont nous soignons les clients.
9. Activités bénévoles qui transforment la vie des clients, tels que des ateliers d'art-thérapie et de jardinage; et remise de cartes-cadeaux d'épicerie aux clients à revenus limités.
10. Mise en œuvre de « Est-ce que c'est juste moi? », un programme essentiel de sensibilisation à la santé mentale destiné aux élèves du secondaire.
11. Rénovation de deux salles de visite pour les clients et familles du Centre de santé mentale de Brockville, afin d'offrir un environnement plus confortable et agréable pour les clients et familles.

*Le personnel du Royal est très reconnaissant à tous les donateurs qui l'aident à prendre soin de notre communauté chaque jour.*





## PLEINS FEUX SUR LES DONATEURS

# L'importance de la santé mentale dans la communauté musulmane

**S**adaf Ebrahim est présidente de l'Association Canada-Pakistan (CPA) et coordinatrice des relations communautaires de la communauté musulmane du sud de Nepean (SNMC). Elle est également une porte-parole passionnée du Royal.

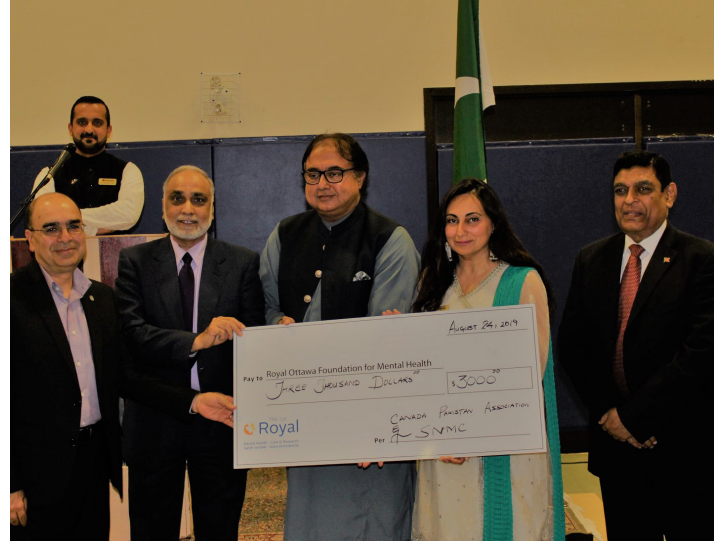
L'objectif de Mme Ebrahim est de sensibiliser la communauté musulmane d'Ottawa à la santé mentale et de déstigmatiser la maladie mentale. « La maladie mentale est encore taboue dans ma communauté, et beaucoup de gens qui en souffrent ne veulent pas en parler », explique-t-elle.

Mme Ebrahim évoque sa propre enfance passée au

*« Il ne faut pas avoir honte de la maladie mentale. Le travail effectué au Royal est important pour notre communauté. »*

Pakistan avec une mère atteinte d'une maladie mentale non traitée. « Lorsque j'avais environ 10 ans, ma mère souffrait d'une grave dépression et d'anxiété, et comme elle n'était pas traitée, mes frères et sœurs et moi en souffrions aussi », se souvient-elle. « J'étais l'aînée et je devais souvent manquer l'école pour m'occuper de mes frères et sœurs lorsque ma mère n'en était pas capable. »

Avant la pandémie de COVID-19, Mme Ebrahim a organisé pendant plusieurs années divers événements pour soutenir le Royal par l'entremise des deux organisations pour lesquelles elle travaille, notamment le dîner annuel de la CPA pour la célébration de l'Aid. Le mandat de ces deux organisations est de célébrer, préserver et promouvoir



Merci Association Canada Pakistan

l'identité culturelle et religieuse du Pakistan, tout en contribuant de manière positive à la mosaïque multiculturelle du Canada. La SNMC offre de nombreux services sociaux, éducatifs et spirituels à la communauté, tout en visant l'objectif de coopérer afin de renforcer la contribution de la communauté musulmane au sein des collectivités canadiennes. Les deux organisations ont pour mission de s'engager à améliorer notre communauté.

Le Royal est très reconnaissant à Mme Ebrahim, à la communauté musulmane du sud de Nepean (SNMC) et à l'Association Canada-Pakistan (CPA) pour leur soutien de longue date et pour avoir transformé la conversation sur la santé mentale au sein de la communauté musulmane d'Ottawa.

## HISTOIRE DE COUVERTURE: SUITE

« La Fondation communautaire d'Ottawa est absolument ravie de participer aux recherches révolutionnaires qui seront menées grâce à ce don », déclare Bibi Patel, vice-présidente de la Fondation. « Les personnes qui ont fait ce généreux don ont réfléchi pendant plusieurs années avant de prendre la décision d'offrir un héritage durable à notre communauté. Nous sommes honorés de travailler avec des donateurs qui croient en un

changement positif, systémique et durable qui bénéficiera au nombre croissant de personnes ayant des problèmes de santé mentale, surtout pendant que nous sommes aux prises avec les effets significatifs de la pandémie sur un très grand nombre de personnes. »

« À mesure que nous les comprenons mieux, nous améliorerons notre capacité d'offrir des soins plus personnalisés et plus efficaces

aux patients. C'est là que la recherche entre en jeu », déclare la Dre Florence Dzierszinski, présidente de l'IRSM et vice-présidente de la recherche au Royal. « La recherche innovante en matière de santé mentale et de toxicomanie nous aide à trouver des réponses à certaines des plus grandes questions qui existent actuellement dans le domaine des soins de santé mentale et du traitement de la toxicomanie. »

## Célébrer des leaders inspirants en santé mentale



L'animateur Rick Campanelli rend hommage à cinq chefs de file de la communauté, y compris le président de l'Université Carleton.

Le 4 mars, plus de 450 personnes se sont rassemblées virtuellement avec l'animateur Rick Campanelli pour reconnaître et célébrer cinq chefs de file en santé mentale de notre communauté.

Les prix Inspiration du Royal récompensent les personnes qui contribuent à la défense des droits et à la sensibilisation en matière de santé mentale. Cet événement reconnaît la passion de personnes engagées à rendre le monde meilleur, leur détermination à triompher dans les épreuves, leur courage de s'exprimer et leur volonté de mettre fin à la stigmatisation souvent associée à la maladie mentale.

### Cette année, le Royal est fier de récompenser les lauréats suivants :

- **Prix Inspiration agent de changement :**  
*Dr Benoit-Antoine Bacon*
- **Prix Inspiration communautaire :**  
*Michael Dixon*
- **Prix Inspiration personnelle :**  
*Charlotte Smith*
- **Prix Inspiration jeunesse :**  
*Samantha Nadon*
- **Prix Inspiration jeune chercheur en santé mentale :**  
*Dre Jennifer Phillips*

Ces lauréats font preuve de force face à l'adversité, donnent de l'espoir aux personnes atteintes de maladie mentale et contribuent à changer les mentalités au sujet de la santé mentale, du mieux-être mental et de la stigmatisation.

Cette année, la 18<sup>ème</sup> édition des prix Inspiration, présentés par la TD, a permis d'amasser plus de 415 000 \$ au profit des soins aux patients et de recherches indispensables.

## PRIX INSPIRATION VIRTUELS DE 2021



COMMANDITAIRES D'ENCAN EN LIGNE



PRÉSENTÉ PAR



COMMANDITAIRES CONCOURS VIDÉO JEUNESSE



COMMANDITAIRES PLATINE



COMMANDITAIRES OR



COMMANDITAIRES ARGENT

Acc-Par Systems Ltd. • Adelphia Floor Surfaces Ltd. • Bell • Boyden • Caivan Communities • Calian Health • Colonnade BridgePort • Deborah Naczynski & Jason Flick • Delco Security • Deloitte • Dentons Canada LLP • EY • FCI • Gastops Ltd • Gloucester Electric Ltd. Hydro Ottawa • Incognito Software Systems Inc. • Innovative Medicines Canada • Kinaxis • KPMG LLP • Korban Ltd. • Mark Motors Porsche • MDS Aero Support Corporation • M.L.M. Painting • Nelligan Law • Norton Rose Fulbright • Odgers Berndtson Ontario Electrical League (OEL) • PCL Constructors Canada Inc. • PricewaterhouseCoopers (PwC) • Ron Eastern Construction Ltd. • TELUS • Vocantas • Walls and Ceilings Contractors Association • W.O. Stinson & Son Ltd.



# Une dirigeante marche pour la santé mentale des femmes



## Unissons nos pas pour aider

Marchons ou courons pour la santé mentale des femmes.  
[coursepourlesfemmes.ca](http://coursepourlesfemmes.ca)

Commanditaires Nationaux



PHARMAPRIX



BROOKS



**N**ous souhaitons souvent entrer en contact avec nos amis ou leur tendre la main plus fréquemment que nous ne le faisons en réalité. Le 25 janvier 2019, Debbie Beresford-Green, sous-ministre adjointe de Santé Canada, a eu l'intuition de tendre la main à un ami qui ne donnait plus de nouvelles et n'avait rien publié sur Twitter depuis un moment. Elle savait qu'il était encore en train de se rétablir des suites d'un accident et qu'il avait subi une commotion cérébrale.

Son intuition a contribué à sauver la vie de son ami.

Il l'appelle désormais son « ange d'énergie », car il avait envisagé de mettre fin à sa vie ce jour-là. Au lieu de cela, il a contacté le Royal et a commencé son cheminement vers le rétablissement.

Lorsque la Course pour les femmes PHARMAPRIX AIMEZ VOUS. est devenue virtuelle l'année dernière, Mme Beresford-Green a pensé que ce serait une excellente façon de soutenir la santé mentale tout en motivant son équipe chez Santé Canada. En 2020, l'équipe d'Ottawa de Santé Canada comptait 272 membres, qui ont participé à l'événement et recueilli plus de 11 000 \$.

Madame Beresford-Green déclare: « Comme la crise de la COVID-19 touche tous les aspects de notre vie,

notre santé mentale est plus importante que jamais. De plus, les femmes sont les plus touchées par cette crise. L'année dernière, j'ai rejoint 26 000 Canadiennes et Canadiens qui ont participé à la Course pour les femmes organisée par le programme AIMEZ VOUS. de PharmaprixMD, en rejoignant l'équipe Santé Canada. La santé physique, que ce soit marcher, courir, ou bouger à n'importe quelle vitesse, contribue grandement à notre mieux-être mental. Le 11 juillet, j'ai hâte de soutenir à nouveau les Canadiennes atteintes d'une maladie mentale, ainsi que mon propre mieux-être mental. J'invite tous les Canadiens et Canadiennes à se joindre à moi. Ensemble, nous sommes invincibles! »

Le Programme de santé mentale pour les femmes du Royal est un programme novateur qui comble le besoin de répondre à l'expérience unique qu'ont les femmes de la maladie mentale, des traitements en santé mentale et du rétablissement, en raison de leurs différences biologiques et de leurs différents rôles sociaux.

**Marchez ou courez pour la santé mentale des femmes le 11 juillet.** Joignez-vous à l'équipe des « Awesome Royals » de 2021 sur le site [runforwomen.ca](http://runforwomen.ca).



Petit-déjeuner  
des chefs pour la  
santé mentale  
**2021**

## RÉSERVEZ LA DATE! LE MERCREDI 6 OCTOBRE 2021

Si vous souhaitez vous joindre à des centaines de chefs de file de la communauté en tant que capitaine de table du Petit-déjeuner, envoyez un courriel à [events@theroyal.ca](mailto:events@theroyal.ca) pour obtenir plus d'informations.



## Nous sommes Le Royal

Si vous n'êtes jamais entré dans ce magnifique bâtiment, regardez de cette courte publicité pour rencontrer l'équipe du Royal. Nous apportons l'espoir!

<https://www.leroyal.ca/simpliquer/votre-impact/pourquoi-soutenir-la-sante-mentale>

## Une journée dans la vie d'une infirmière en santé communautaire

Cet hiver, nous avons armé sept infirmières en santé communautaire de téléphones et de perches à selfie et nous leur avons demandé de capturer une journée typique de leur vie professionnelle. Cette série en sept parties donne un petit aperçu de l'incroyable travail qu'elles accomplissent pour aider les personnes dans le besoin dans nos arrière-cours et nos zones rurales. Une grande partie des soins du Royal sont fournis bien au-delà de nos trois sites.




[www.theroyal.ca//communitycare](http://www.theroyal.ca//communitycare)

*\*\*Cette vidéo n'est disponible qu'en Anglais*



**Dialogues  
au Royal**

présenté par 

**Soyez des nôtres pour  
une heure d'engagement,  
d'éducation et d'inspiration!**

 **22 avril à 19h**

**Pères dynamiques**

*Des conseils pour être un père  
en bonne santé émotionnelle.*

 **26 mai à 19h**

**Il faut bouger, bouger!**

*Les bienfaits de l'exercice  
pour votre santé mentale.*

*Il existe de nombreuses façons de rester en contact avec la  
Fondation Royal Ottawa et d'en apprendre davantage sur les  
soins et la recherche que vous soutenez.*

**1145, AVENUE CARLING • OTTAWA, ONTARIO • K1Z 7K4**

**EN LIGNE: [WWW.LEROYAL.CA/SIMPLIQUER](http://WWW.LEROYAL.CA/SIMPLIQUER)  
TEL: 613-722-6521 EXT. 6719**

     **@THEROYALFDN**