



## LA PROGRAMMATION

Nous offrons un programme de réinsertion sociale en milieu urbain, d'une durée de quatre mois. La durée du programme peut varier pour certain individu selon les difficultés rencontrées lors du programme, mais la durée est d'un maximum de neuf mois. Nous offrons un programme en continu de 16 semaines en grand groupe. Les ateliers ont lieu en avant-midi et la présence est requise dans la participation active à notre programme. La prévention de la rechute est au cœur de nos interventions en y abordant les facteurs de risque et de protection, l'affrontement des peurs, la mise en action au quotidien, l'implication positive dans la communauté, l'affirmation dans ses choix, l'importance d'un entourage sain et la réponse à ses besoins.

### LES OBJECTIFS GÉNÉRAUX :

- **Solidifier les acquis de thérapie sur la dépendance**
- **Comprendre ce que signifie une réinsertion sociale et l'appliquer**
- **Adopter de saines habitudes en ayant un équilibre dans les sphères de vie**
- **Prévenir la rechute**
- **L'adoption d'une attitude plus positive face à la vie**
- **Développer une autonomie socioprofessionnelle**
- **Développer une autonomie sociocommunautaire**

## ACCESSIBILITÉ

### EN PROVENANCE DE MONTRÉAL

Sur l'autoroute 10 direction Sherbrooke, prenez l'autoroute 610 direction Sherbrooke centre-ville, ensuite prenez la sortie: rue St-François vers Sherbrooke (centre-ville). Tournez à gauche sur la rue St-François roulez tout droit pendant 4,9 km. Vous allez arriver à la lumière de l'intersection St-François et King Est, la bâtisse est devant vous à votre gauche alors passer la lumière et entrer dans le stationnement à votre gauche situé derrière la bâtisse. Vous êtes arrivé à la Maison l'Intégrale au 20 King Est.

### EN PROVENANCE DE QUÉBEC

Prenez l'autoroute 20 Ouest, en direction de Montréal. Ensuite, dirigez vous vers la 55 Sud, en prenant la sortie 173. Rejoindre l'autoroute 610 en prenant la sortie 143, direction Sherbrooke centre-ville. Prendre la sortie rue Saint-François en direction de Sherbrooke (Centre-ville). Tourner à gauche sur la rue Saint-François et roulez environ 4.9 km. L'immeuble est situé au coin de King et rue Saint-François.

**Maison L'Intégrale**

20-28, rue King Est  
Sherbrooke (Québec) J1G 1A1  
Téléphone : 819 563-7474  
Télécopieur : 819 563-8978  
Site web : [www.toxicogite.ca](http://www.toxicogite.ca)

**Maison L'Intégrale**

Certifié par le Centre Intégré Universitaire de santé et des services sociaux de l'Estrie

Pour aller  
plus loin

Contacte-nous!

20-28, rue King Est  
Sherbrooke (Québec) J1G 1A1  
Téléphone : 819 563-7474  
Télécopieur : 819 563-8978

[www.toxicogite.ca](http://www.toxicogite.ca)

## NOTRE MISSION

Notre intervention a pour principal objectif de développer les compétences personnelles de l'individu afin qu'il atteigne les buts qu'il s'est fixés à court, moyen et/ou long terme. Notre équipe d'intervenants travaille aussi à ce que le client accepte sa situation et qu'il ait l'opportunité de développer une meilleure autonomie, pour ainsi l'aider à se réinsérer dans la société. La Maison L'Intégrale est une ressource de réinsertion sociale en milieu urbain dont la mission est d'offrir des services aux personnes souhaitant mettre un terme à des problèmes reliés à la consommation d'alcool et/ou de drogues et/ou de médicaments, qui ont déjà suivi un programme thérapeutique et qui veulent maintenant faire un pas plus loin dans la réinsertion sociale.

## NOTRE APPROCHE

Le programme est basé sur l'approche **l'entretien motivationnel et sur la prévention de la rechute** selon le modèle cognitivo-comportemental.

L'entretien motivationnel (EM) est une approche d'intervention centrée sur l'individu, qui vise à augmenter la motivation intrinsèque au changement d'un comportement ciblé en favorisant chez la personne l'exploration et la résolution de son ambivalence.

Le modèle de prévention de la rechute est un atout de force dans le cadre de notre mission. Cette approche consiste en la prévention des situations à risque élevé de rechute. Dans ce modèle, lorsque l'individu n'a pas de confiance, en sa capacité de faire face à une situation à haut risque ou il n'a pas développé d'habiletés d'adaptation efficaces pour y faire face, il y a alors forte probabilité qu'il rechute. Notre programme veut donc fournir à la personne des filets de sécurité face à la rechute ou à la perte de contrôle de ses objectifs de vie.

## LES LIEUX PHYSIQUES

*La Maison L'Intégrale est située en bordure de la rivière Saint-François, à quelques pas du centre-ville de Sherbrooke, facilitant ainsi la recherche d'emploi et une vie active enrichissante. Plusieurs services sont ainsi facilement accessibles tels que: centre hospitalier, piste cyclable, centre d'entraînement physique, parc, transport en commun, suivis externes, organismes offrant du bénévolat, centres commerciaux, épicerie, etc.*

## LES SERVICES ET ACTIVITÉS

À prime abord, notre programme de réinsertion sociale vise à ce que l'individu développe son autonomie psychologique et relationnelle. En bref, la personne hébergée sera en mesure de répondre à ses différents besoins de base et de prévenir la rechute. Elle pourra travailler à l'adoption de saines habitudes de vie et de comportements sécuritaires dans un équilibre des sphères de vie. De plus, le développement de relations saines et de loisirs sains sera priorisé. L'implication active dans la communauté sous toutes ses formes consolide les acquis de la réinsertion sociale et des programmes thérapeutiques antérieurs.

### Rencontre individuelle

Notre centre de réinsertion sociale favorise un accompagnement individualisé pour l'atteinte de vos objectifs. Un plan d'intervention est fait en votre compagnie suite aux évaluations faites à votre arrivée. Lors de la rencontre individuelle, les difficultés rencontrées au cours de la semaine sont explorées, le respect de l'horaire de la semaine, le budget, l'hygiène, un retour sur le plan d'intervention et sur l'application des moyens mis en place pour faciliter l'atteinte de ses objectifs, etc.

### Ateliers de groupe

Chaque avant-midi, un atelier en grand groupe est obligatoire. Le lundi, il y a un retour sur la fin de semaine. Ensuite, du mardi au vendredi, un atelier est donné où toutes les personnes hébergées doivent assister. Les cours touchent différentes problématiques ou différentes notions nécessaires pour bien cheminer dans leur programme de réinsertion sociale.

### Résidence de type appartement locatif

- Chambre partagée en colocation
- Salle de rencontre et salle de jeux
- Service de cuisine du lundi au vendredi midi. Les déjeuners ne sont pas inclus.
- Cartes prépayées de 25\$/fin de semaine pour achat de nourriture, si la personne n'est pas en sortie extérieure.

Les personnes hébergées ont aussi des responsabilités à accomplir dans la ressource. Ceci favorise l'entraide et également l'atteinte des objectifs fixés au plan d'intervention.



## LE PERSONNEL

Une équipe dynamique est présente pour vous accompagner dans vos démarches et veiller à réaliser vos projets :

- Directeur général
- Directrice et superviseuse clinique
- Intervenants en toxicomanie
- Surveillants de soir, nuit et fin de semaine
- Cuisinier en semaine
- Responsable des affaires sociales

## LA CLIENTÈLE

Nos services s'adressent à une clientèle de 18 à 65 ans, homme ou femme, judiciairisés ou non et vivant une dépendance aux substances, conduisant à une souffrance significative ou à une altération de leur fonctionnement dans une ou plusieurs sphères de leur existence. **Nous accueillons des individus qui souhaitent réapprendre à vivre en société, et atteindre des objectifs de vie qu'ils se sont fixés, afin qu'ils reprennent de contrôle de leur vie et donne un sens à leur existence.** Ils doivent désirer être abstinent de toutes formes de substances. Il est à noter que nous ne traitons pas les problématiques de santé mentale.

