

STEP UP STEP DOWN

THE PROGRAM

Step Up Step Down is a live-in treatment program offering intensive support for youth experiencing significant mental health issues. A brief stay in a live-in treatment setting is necessary so that youth and caregivers can better identify treatment needs, work on building skills and engage necessary resources for a successful return home. Youth are supported on their road to recovery by participating in a supportive and structured therapeutic setting with youth workers, nurses, a psychotherapist, psychologist, occupational therapist, psychiatrist and teacher.

WHO

This program is for youth aged 12 to 17. Clients either *step up* from outpatient or community-based services so that they don't have to go to hospital or *step down* from being in hospital. Youth come to Step Up Step Down from various backgrounds. They are all dealing with mental health challenges and the youth and their caregivers need help in order to manage at home. Some common struggles are anxiety, depression, self-harm, suicidal thoughts, and family conflict. If a youth is doing well enough to be out of the hospital, but struggling to manage at home and needs more than outpatient or community-based support, Step Up Step Down might be a good option.

WHAT TO EXPECT

Youth can expect to be part of a caring community dedicated to helping with their mental health challenges. They will be supported by a dedicated team of youth workers 24/7, and will have regular access to the teacher and clinical team. Weekdays will include schoolwork, daily groups (learning how to cope better and develop healthy habits), individual therapy, and family therapy. Weekends will be more laid back. Visits home provide important opportunities to practice new skills and to prepare for the return home. While in the program, staff will also work with youth and their caregivers to develop a care plan to ensure that the right supports are in place after discharge. This support might initially include sessions with some of the Step Up Step Down team, but staff will also help youth get connected to resources in the community. While longer stays are possible (up to 6 months), Step Up Step Down typically works with youth and their families for four to six weeks.

HOW TO GET REFERRED

Step Up Step Down accepts referrals for youth who continue to struggle in spite of receiving intensive mental health services. Youth and caregivers should speak to their mental health provider at CHEO, the Royal, YSB or Le CAP if they feel that Step Up Step Down might meet their treatment needs.



**TYPICAL
STAY: 4-6
WEEKS**



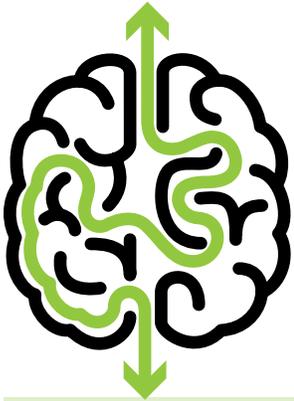
**BILINGUAL
SERVICES**



**1199 CARLING
AVENUE, UNIT B**
(beside the Royal). Unfortunately, our
location is not wheelchair accessible.

OUR PARTNERS





PROGRAMME RELAIS-DÉPART

LE PROGRAMME

Le Programme relais-départ est un programme de traitement en résidence qui offre un soutien intensif aux jeunes qui sont aux prises avec des problèmes de santé mentale significatifs. Pour nos clients, un court séjour dans un environnement de traitement en résidence est nécessaire afin que les proches aidants soient en mesure de mieux appuyer les jeunes à leur retour à la maison. Nous aidons les jeunes en cours de rétablissement en leur offrant un milieu thérapeutique structuré avec soutien où ils auront accès à des travailleurs auprès des jeunes, des infirmières, un psychothérapeute, un psychologue et un ergothérapeute.

QUI?

Ce programme est destiné aux jeunes de 12 à 17 ans. Les clients peuvent soit effectuer un relais à partir de services externes ou communautaires afin qu'ils n'aient pas à se rendre à l'hôpital, ou effectuer un départ de l'hôpital. Les jeunes qui accèdent au Programme relais-départ ont des antécédents différents. Ils sont tous aux prises avec des défis de santé mentale, et les jeunes et leurs proches aidants ont besoin d'aide pour vivre à domicile. Certaines difficultés communes comprennent l'anxiété, la dépression, l'automutilation, les pensées suicidaires et les conflits de famille. Si vous allez bien au point de ne pas avoir à rester à l'hôpital, mais que vous n'y arrivez pas seul à la maison et qu'un soutien externe ou communautaire ne suffit pas, le Programme relais-départ peut constituer une bonne option pour vous.

À QUOI S'ATTENDRE

Vous pouvez vous attendre à faire partie d'une communauté bienveillante qui se consacre à vous aider avec vos défis de santé mentale. Une équipe dévouée de travailleurs auprès des jeunes vous appuiera 24/7, et vous aurez un accès régulier à l'équipe clinique. Vos jours de semaine comprendront du travail scolaire, des groupes quotidiens (apprendre à mieux composer avec la situation et développer de saines habitudes), de la thérapie individuelle et de la thérapie de famille. Les fins de semaine seront plus détendues. Nous travaillerons avec vous et vos proches aidants afin de passer plus de temps ensemble et vous préparer à votre retour à la maison. Vos séjours à la maison vous permettront, ainsi qu'à vos proches aidants, à pratiquer les compétences importantes que vous acquerrez. Dans le cadre du programme, nous travaillerons aussi avec vous et vos proches aidants à développer un plan de soins qui assurera la mise en place des soutiens adéquats à votre retour à la maison. Ce soutien peut comprendre initialement des séances avec certains membres de l'équipe du Programme relais-départ, mais nous vous aiderons à entrer en contact avec les ressources dans la communauté. Bien que des séjours plus longs soient possibles (jusqu'à 6 mois), le Programme relais-départ travaille généralement avec les jeunes et leurs familles pendant quatre à six semaines.

COMMENT ÊTRE RÉFÉRÉ

Le Programme relais-départ accepte les références pour les jeunes qui continuent d'avoir des difficultés malgré le fait de recevoir des services de santé mentale intensifs. Les jeunes et les aidants devraient parler à leur fournisseur de soins de santé mentale à CHEO, le Royal, le BJS ou Le CAP s'ils sentent que le Programme relais-départ pourraient répondre à leurs besoins de traitement.



**SÉJOUR
TYPIQUE :**
4 à 6
SEMAINES



**SERVICES
BILINGUES**



**1199, AVENUE
CARLING, UNITÉ B**
(à côté du Royal). Malheureusement,
notre emplacement n'est pas accessible
pour les fauteuils roulants.

NOS PARTENAIRES

