

## Équipe de développement (ordre alphabétique)

### **Félix Arseneau**

Félix Arseneau est détenteur d'un baccalauréat en communication publique (Université Laval) et d'une maîtrise en sciences de l'information (Université de Montréal). Il a contribué à la finalisation de la plateforme web de l'outil *Aller mieux à ma façon*. Sa nouvelle perspective sur le projet a permis de rendre l'outil plus dynamique et interactif. Il s'est aussi impliqué dans la réalisation des capsules vidéo.

### **Annie Beaudin**

Pair aidante chez l'organisme Revivre Annie contribue au rétablissement des personnes vivant avec un trouble anxieux, dépressif ou bipolaire depuis plus de 20 ans et a été coordonnatrice du programme Pairs Aidants Réseau au sein de l'Association québécoise pour la réadaptation psychosociale (AQRP). Annie a participé à toutes les étapes du développement de l'outil *Aller mieux à ma façon*.

### **Hélène Brouillet**

Hélène est psychologue. Spécialiste en activités cliniques au CSSS Pierre Boucher, elle a longtemps été courtière de connaissances en santé mentale à l'Institut national de santé publique du Québec. Elle est membre du comité d'experts qui assure le bon développement de l'outil *Aller mieux à ma façon*.

### **Guyline Cloutier**

Guyline est agente de projet et formatrice pour l'Association québécoise pour la réadaptation psychosociale. Elle est membre du comité d'experts qui assure le bon développement de l'outil *Aller mieux à ma façon*.

### **Bruno Collard**

Bruno est directeur clinique chez Revivre. Il est membre du comité d'experts qui assure le bon développement de l'outil *Aller mieux à ma façon*.

### **Simon Coulombe**

Simon est professeur adjoint à l'Université Wilfrid-Laurier et professeur associé au laboratoire Vitalité depuis 2016. Durant ses études doctorales sous la supervision de Janie Houle, il a coordonné l'étude *Je vais mieux*, qui a permis de récolter les différents moyens présentés dans l'outil auprès des personnes en rétablissement d'un trouble dépressif, anxieux ou bipolaire. Ses domaines d'expertise sont le bien-être, la résilience, les forces et les projets personnels, l'environnement résidentiel, les services de santé mentale communautaire basés sur l'autogestion, les modèles socio-écologiques et le développement d'outils de mesures.

### **Pierre Doray**

Pierre est chargé de projet régional psychiatrie-justice au CSSS du Suroît. Il est membre du comité d'experts qui assure le bon développement de l'outil *Aller mieux à ma façon*.

**Janie Houle**

Janie est psychologue communautaire et professeure titulaire au département de psychologie de l'Université du Québec à Montréal (UQAM). Elle est chercheure régulière (responsable du Chantier Première Ligne) au Centre de recherche de l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal (CR-IUSMM). Après s'être intéressée à la prévention du suicide, ses travaux de recherche actuels visent à mieux comprendre comment réduire les inégalités sociales de santé, en développant le pouvoir d'agir des personnes en situation de vulnérabilité et en favorisant l'établissement d'environnements promoteurs de santé et de justice sociale. Elle s'intéresse notamment au rétablissement en santé mentale, au bien-être des personnes vivant dans des habitations à loyer modique (HLM), à l'autogestion des troubles anxieux/dépressifs et à l'amélioration des services de santé de première ligne. Toutes ses recherches sont réalisées en étroite collaboration avec des personnes directement concernées par le phénomène à l'étude (pairs chercheurs), des partenaires du milieu communautaire et des partenaires du milieu de la santé et des services sociaux. Janie a participé à toutes les étapes du développement de l'outil *Aller mieux à ma façon*.

**François Jetté**

François est psychologue dans l'équipe de première ligne en santé mentale au CSSS Jeanne-Mance à Montréal. Il est membre du comité d'experts qui assure le bon développement de l'outil *Aller mieux à ma façon*.

**Yves Jourdain**

Yves est pair aidant pour le rétablissement d'un problème de santé mentale. Il est membre du comité d'experts qui assure le bon développement de l'outil *Aller mieux à ma façon*.

**Michel Gilbert**

Michel est Coordonnateur du Centre national d'excellence en santé mentale (CNESM). Il est membre du comité d'experts qui assure le bon développement de l'outil *Aller mieux à ma façon*.

**Précilla Labelle**

Précilla a complété ses études au doctorat en psychologie communautaire à l'UQAM. À titre de psychologue, elle s'applique à outiller les adultes ayant des symptômes anxieux et dépressifs afin d'optimiser leur bien-être. La démarche thérapeutique qu'elle privilégie s'inspire de l'approche orientée vers les solutions et la thérapie de l'acceptation et de l'engagement. Précilla a participé au développement du répertoire de ressources et a coordonné l'évaluation de l'implantation de l'outil en première ligne.

**Sandra Lachance**

Étudiante au baccalauréat en psychologie à l'UQAM, Sandra s'intéresse principalement à la santé mentale et au bien-être des communautés, aux processus d'empowerment, à la psychologie environnementale ainsi qu'à l'art-thérapie. Elle a contribué au développement du répertoire de ressources et s'est impliquée dans la réalisation des capsules vidéo.

**Hugo Laporte**

Hugo est directeur de conception, développeur et intégrateur web chez l'Agence Web Lounge. Depuis plus de 10 ans, il est développeur web senior spécialisé dans TYPO3 et WordPress. Hugo est le programmeur derrière la plateforme web de l'outil *Aller mieux à ma façon*. Son expertise et ses grandes compétences ont rendu la diffusion de l'outil web possible. Il a contribué à son développement, à sa programmation et à sa structuration.

**Brigitte Lavoie**

Brigitte est psychologue depuis 1989, est reconnue comme une formatrice engagée et inspirante (approche orientée vers les solutions, résilience, croissance post-traumatique), qui vise à ce que les intervenants partent avec des outils prêt-à-porter. Elle est membre du comité d'experts qui assure le bon développement de l'outil *Aller mieux à ma façon*.

**Benoit Martel**

Benoit a complété une maîtrise en histoire à l'UQAM et y travaille depuis 2012 comme professionnel de recherche où il assume notamment les fonctions de coordonnateur administratif et de webmestre auprès du Laboratoire Vitalité – Laboratoire de recherche sur la santé (psychologie communautaire). Il a coordonné le développement de la plateforme web de l'outil *Aller mieux à ma façon*, tout en y participant aussi activement. Il a notamment développé la structure du répertoire de ressources.

**Stephanie Radziszewski**

Stephanie est étudiante au doctorat en psychologie communautaire à l'UQAM. Ses intérêts de recherche portent sur les inégalités sociales de santé et la recherche participative. Stéphanie a participé à toutes les étapes du développement de l'outil *Aller mieux à ma façon* depuis ses balbutiements. Elle est à l'origine de la toute première version de l'outil papier. Elle a aussi accepté de présenter l'une des étapes en vidéo sur le site web.

**Kadia Saint-Onge**

Kadia est étudiante au doctorat en psychologie communautaire à l'UQAM. Ses intérêts de recherche portent sur la promotion de la santé en milieu communautaire. Elle a coordonné la révision de l'outil en vue de produire la 3<sup>e</sup> version. Elle s'est aussi impliquée dans le développement du répertoire de ressources et de la production des capsules vidéo.