

Activités du mois

MAI 2015

CONFÉRENCES :

VENDREDI 15 mai 14 h Conférence en **web diffusion** « La peur d'avoir peur (anxiété) » Conférencier Dr.Zacchia

MARDI 19 mai 19 h « Les approches thérapeutiques dont la TCC (thérapie cognitive-comportementale).

Conférencière madame Patricia Arnaud

Inscription obligatoire

VIE ASSOCIATIVE :

Assemblée générale annuelle précédée d'un souper amical jeudi 28 mai 17 h au restaurant Miss Italia. Inscription obligatoire.

GROUPES DE SOUTIEN ET DE PARTAGE :

DE JOUR : mercredis 6, 20 mai 14 h

DE SOIR : mercredi 6 mai 19 h

TPL : lundi 5 mai 19 h

ATELIERS & RÉPIT :

Hatha Yoga : lundis 11, 25 mai 14 h 30

Art-thérapie JOUR : jeudis 7, 21 mai 14 h

Art-Thérapie SOIR : mercredis 13, 27 mai 18 h 30

Atelier Couponnage: mercredi 6 mai 10 h

FORMATIONS PSYCHOÉDUCATIVES :

CAP SCHIZOPHRÉNIE : jeudis 7, 14, 21 mai 14 h

DÉFI BIPOLARITÉ : mercredis 13, 27 mai 14 h

TPL SOIR : lundis 4, 11 mai 18 h 30

TPL JOUR : mardis 5, 19 mai 13 h 30

APPRENDRE À SE RAPPROCHER SANS AGRESSIVITÉ : lundis 4, 11 mai 18h30

SOS outils famille : vendredis 8, 15, 22, 29 mai 14h

FERMETURE DES BUREAUX:
18 mai (Jour des Patriotes)

Information

CONFÉRENCES EN WEB DIFFUSION

Intéressés par des causeries traitant de la maladie mentale données par des conférenciers chevronnés en la matière? **L'ALPABEM** et **L'INSTITUT UNIVERSITAIRE EN SANTÉ MENTALE DOUGLAS** vous offrent la possibilité de visionner celles-ci en **web diffusion** dans le confort de votre foyer.

ALPABEM Informez-vous au 450-688-0541 / 1-888-688-0541 et consultez leur site web au www.alpabem.qc.ca

INSTITUT UNIVERSITAIRE EN SANTÉ MENTALE DOUGLAS Informez-vous au 514-761-6131 et consultez leur site web au www.douglas.qc.ca/page/ecole-mini-psy

ATELIER RÉPIT COUPONNAGE

Suite au franc succès du premier atelier de couponnage le 8 avril dernier, deux autres rencontres se tiendront dans nos locaux les mercredis 6 mai et 3 juin de 10 h à 11 h 30. Belle occasion de fraterniser avec d'autres membres de votre Association tout en économisant sur des achats futurs.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE POUR LES MEMBRES EN RÈGLE

L'AGA se tiendra le jeudi 28 mai prochain au restaurant Miss Italia. Référez-vous à l'invitation (*envoyée aux membres en règle*) que vous avez reçue soit par la poste ou par courriel. Date limite des inscriptions 20 mai 2015. Au plaisir de vous voir!!!

CONGÉ FÉRIÉ

Nos bureaux seront fermés lundi 18 mai *Journée nationale des Patriotes*. En cas d'urgence vous pouvez contacter le Centre de Crise l'Accès au 450-679-8689. Celui-ci est ouvert 24/7.

Quoi de neuf



SEMAINE NATIONALE DE LA SANTÉ MENTALE

L'Association canadienne pour la santé mentale tient chaque année, au cours de la première semaine du mois de mai, *la semaine nationale de la santé mentale (SSM)*, et ce depuis 1952. Celle-ci se veut un temps fort de réflexion pour sensibiliser la population à l'importance de conserver son équilibre émotionnel, une responsabilité tant individuelle que collective. Nous vous invitons à visiter leur site web au mentalhealthweek.cmha.ca/fr/

CONGRÈS DE LA FFAPAMM

Les membres en règle de notre Association ayant une adresse courriel ont reçu une invitation pour assister au 22^{ème} congrès de la FFAPAMM qui se tiendra les 4, 5, 6 juin à l'Hôtel Clarion Québec. La période des inscriptions est maintenant ouverte!!! Date limite des inscriptions 22 mai 2015. Inscrivez-vous tôt pour vous assurer d'obtenir vos premiers choix d'ateliers auprès de madame Patricia Arnaud, directrice à l'APAMM-RS, au 450.766.0624 ou parnaud@apammrs.org