



Activités du mois

OCTOBRE 215

CONFÉRENCE :

MARDI 27 octobre 19 h : Le chemin qui m'a conduit à la maladie mentale... Et celui qui m'en a sorti!
Conférencier : monsieur Sylvain Tourangeau

GROUPES DE SOUTIEN ET D'ENTRAIDE :

JOUR : mercredi 14, 28 octobre 14 h
SOIR : mercredi 07, 21 octobre 19 h
TPL : mardi 20 octobre 19 h
CONJOINT-E : mardi 20 octobre 19 h

FORMATIONS PSYCHOÉDUCATIVES :

Aimer et aider un proche atteint du TPL : lundi 05, 26 octobre 18 h 30

Aimer et aider un proche atteint du TPL : mardi 06, 13, 20, 27 octobre 13 h 30

Défi bipolarité : jeudi 08, 15, 22, 29 octobre 18 h 30

Lâcher-prise : jeudi 08, 22 octobre 14 h

SOS outils famille : lundi 26 octobre 18 h 30

ACTIVITÉS DE RÉPIT :

Yoga : lundi 5, 19, 26 octobre 14 h 30

Art-thérapie : mercredi 14, 28 octobre 18 h 30

COUPONNAGE : mercredi 14 octobre 10 h

L'inscription est obligatoire pour toutes les activités au 450.766.0524

Information

QUELQUES NOUVELLES DE L'ÉQUIPE DE L'APAMM-RS

Madame Linda Girard, intervenante, reprendra ses activités dès le 12 octobre prochain. Nous nous réjouissons de son retour.

Madame Gabrielle Racine, ex-stagiaire et nouvelle intervenante depuis l'été dernier, sera avec nous tous les mardis et ce jusqu'au congé des fêtes. La contribution qu'elle apporte à l'équipe est très précieuse.

Une nouvelle recrue en la personne de madame Vicky Cotnoir, stagiaire en psychoéducation à l'Université de Laval, se joint à nous. Vicky a choisi notre association pour y faire un stage de trois jours semaine de septembre de cette année jusqu'en avril prochain. Nous lui souhaitons la plus cordiale des bienvenues.

FORMATION DÉFI BIPOLARITÉ

Cette formation hebdomadaire, série de six rencontres, s'adresse aux personnes ayant un proche atteint de bipolarité. Elle vise à mieux comprendre, agir et prévenir.

Début : 8 octobre (18 h 30 à 21 h) Contribution : 25,00\$ pour la documentation.

[Inscription obligatoire auprès de Denise au 450.766.0524](#)

BULLETIN D'INFORMATIONS DE L'APAMM-RS

Le bulletin ÉCHOS est en ligne. Vous pouvez en faire la lecture et le téléchargez d'un seul clic sur

<http://apammrs.org/wp-content/uploads/2012/09/2015-09-APAMM-RS-echos.pdf>

HEURES D'OUVERTURE ET DE FERMETURE DE NOS BUREAUX

Veillez prendre note que nos bureaux seront fermés lundi le 12 octobre jour de l'Action de Grâce. De plus, lundi le 19 octobre jour d'élections ils seront ouverts de 9 h à 16 h.

Quoi de neuf

SEMAINE DE SENSIBILISATION AUX MALADIES MENTALES DU 4 AU 10 OCTOBRE 2015

L'APAMM-RS participera encore cette année à la grande campagne de la *Fédération des familles et amis de la personne atteinte de maladie mentale* (FFAPAMM); regroupement de 38 associations familles à travers le Québec. L'objectif de cette campagne : soutenir les familles du Québec afin que celles-ci sortent de leur isolement et demandent de l'aide. Cette année, le slogan est « La maladie mentale d'un proche vous confronte à vous-mêmes? ». Des affiches, encarts et signets seront distribués dans le réseau de la santé. Nous vous invitons à consulter le site Avantdecraquier.com.

Toujours dans le cadre de cette semaine, se tiendra l'événement **MONTRÉAL MARCHE pour la santé mentale le dimanche 4 octobre à 11 h** au Square Phillips à Montréal. Il s'agit d'une marche annuelle de 5 kilomètres dans le but de sensibiliser la population à la santé mentale. Voir site web: <http://www.mtlmarche.com/>

Le point de rencontre sera à l'intérieur du métro Longueuil – devant le Tim Hortons à 10 h. Madame Patricia Arnaud, directrice de l'APAMM-RS, vous y attendra; par la suite les participant(e)s se dirigeront par métro à la station McGill. Toutes les familles sont conviées à ce bel événement, auquel d'autres associations-familles seront présentes. Intéressés à y participer? Veuillez communiquer avec nous au 450-766-0524 ou par courriel au info@apammrs.org

