

Calendrier des activités 2015-2016



Association des parents et amis de la personne
atteinte de maladie mentale - Rive-Sud

NOS SERVICES ET PROGRAMMES

Interventions psychosociales

Interventions individuelles, couples et familiales où l'aide est reliée au soutien, à la communication, à la résolution de problèmes ou à la référence. Accompagnement P-38.

Activités d'information

Conférences permettant la transmission de renseignements sur tous les aspects reliés aux différentes problématiques; information téléphonique et en personne, site internet, bulletin Échos, Infolettre, Facebook, documentation.

Groupes de soutien et d'entraide

Activités qui consistent en des moments d'entraide entre pairs, accompagnés d'une animation de soutien.

Activités de formation

Activités d'éducation permettant aux participants d'acquérir certaines connaissances, habiletés et/ou attitudes en lien avec les stratégies d'adaptation individuelles et familiales.

Activités de sensibilisation

Sensibilisation de la population sur la situation des membres de l'entourage. Prévention de l'épuisement des accompagnateurs et sensibilisation sur les problèmes de santé mentale. Présentation sur demande.

Mesure de répit-dépannage

Ces mesures visent à permettre à la famille de se dynamiser pour ainsi prévenir une éventuelle détérioration des ressources de soutien au sein de la famille. L'articulation des activités de répit-dépannage se fait en fonction des besoins.

Vie associative

Activités visant l'implication des membres à l'esprit du groupe.

Territoire desservi

- * L'Agglomération de Longueuil
- * La MRC Marguerite-D'Youville

Principales problématiques

- * La schizophrénie
- * Les troubles bipolaires
- * La dépression
- * Les troubles obsessionnels-compulsifs
- * Les troubles de personnalité limite

Subventionné par :

Centre intégré
de santé et de
services sociaux de
la Montérégie-Centre

Québec

Services en : français - anglais - espagnol

Ne soyez plus jamais seul !

Depuis 1981, l'APAMM-RS a pour mission de regrouper les membres de l'entourage d'une personne qui présente des manifestations cliniques reliées à un trouble majeur de santé mentale, de leur offrir une gamme de services de soutien et ce, afin de leur permettre d'actualiser leur potentiel.

10 boul. Churchill, suite 206
Greenfield Park QC J4V 2L7

450.766.0524

info@apammrs.org



2016 
35 ANS DE PASSION
POUR LES FAMILLES

www.apammrs.org

Conférences



INSCRIPTION OBLIGATOIRE
Conférences GRATUITES
Devenez membre : 20\$/personne; 35\$/famille par an

Mardi 15 septembre 2015 (19h) : La résilience des enfants dont un parent a une problématique en santé mentale (Chantal Poirier)

Chantal Poirier est travailleuse sociale au CSSS Champlain-Charles-LeMoine et oeuvre dans les écoles primaires et secondaires. Elle viendra nous partager son mémoire de maîtrise. Elle traitera du concept de résilience, des facteurs de risque et surtout de protection.

Mardi 22 septembre 2015 (19h) : Démystifier le trouble de personnalité limite (Patricia Arnaud)

Information aux familles; suivie d'une vidéo témoignages. La conférencière intervient depuis plus de onze années à l'APAMM-RS et en particulier auprès des familles touchées par un trouble de personnalité limite. Elle détient une maîtrise en intervention éducative.

Mardi 27 octobre (19h) : Le chemin qui m'a conduit à la maladie mentale ... Et celui qui m'en a sorti! (Sylvain Tourangeau) (*)

Parfois triste, émouvant, souvent drôle, Sylvain Tourangeau nous fait vivre les étapes de sa vie qui l'ont mené à la maladie mentale ... puis à son épanouissement. Malgré deux maladies neurologiques (Tourette et TDAH), deux dépressions et un TOC, Sylvain est un homme épanoui et heureux. Diplômé de 2e cycle universitaire, il occupe un emploi dans le milieu de l'aéronautique.

Jeudi 19 novembre (19h) : Être mère d'un fils atteint d'un trouble de santé mentale grave et persistant... de la souffrance au cheminement de mon rétablissement ... et devenir paire aidante famille (Diane Riendeau)

Diane Riendeau a été infirmière et est mère d'un garçon touché par la maladie mentale. Elle raconte son histoire, qui au fil des années, lui a beaucoup appris. L'an dernier, elle a voulu redonner au suivant et venir en aide aux familles en détresse comme paire aidante famille à l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal. Aujourd'hui, elle prend du recul et nous partage ses réflexions.

Lundi 25 janvier (19h) : Justice et santé mentale (Linda Girard)

Sensibiliser aux principaux enjeux de la criminalité en contexte de maladie mentale. La conférencière a été conseillère clinique dans une maison de réinsertion sociale, venant en aide à des personnes souffrant de maladie mentale avec dossier judiciaire. Elle intervient à l'APAMM-RS et détient un baccalauréat en psychologie.

Mardi 09 février (19h) : Démystifier le trouble de personnalité limite (Patricia Arnaud)

Information aux familles; suivie d'une vidéo témoignages. La conférencière intervient depuis plus de onze années à l'APAMM-RS et en particulier auprès des familles touchées par un trouble de personnalité limite. Elle détient une maîtrise en intervention éducative.

Jeudi 25 février (19h) : La relation amoureuse et la vie de couple en contexte de maladie mentale (Eilyn Miranda)

S'établir en couple et "vivre à deux" implique un ajustement, des négociations par amour, donner et recevoir, un travail d'équipe pour vivre en équilibre. Comment y arriver si un des deux amoureux a un trouble déstabilisant? La conférencière est diplômée universitaire en travail social. Elle a oeuvré en milieu hospitalier au Chili et est intervenante à l'APAMM-RS depuis 2004.

Jeudi 24 mars (19h) : Démystifier le trouble narcissique (Linda Girard)

À partir de quoi peut-on affirmer que le *narcissisme* devient pathologique? Lorsqu'un diagnostic est posé, comment peut-on prendre conscience des jeux relationnels liés à ce trouble? Est-il possible d'être en relation satisfaisante avec une personne ayant ce trouble? La conférencière intervient à l'APAMM-RS et détient un baccalauréat en psychologie.

Jeudi 21 avril (19h) : Impact de la maladie mentale d'un proche sur les frères et soeurs (Eilyn Miranda)

Autant d'enfants que d'adultes sont touchés par les effets d'une dynamique familiale affectée par la maladie. Comment les aider? Comment agir en famille pour les soutenir? La conférencière est diplômée universitaire en travail social. Elle a oeuvré en milieu hospitalier au Chili et est intervenante à l'APAMM-RS depuis 2004.

Mardi 03 mai : Mini-colloque "35 ans de passion pour les familles touchées par la maladie mentale d'un proche" Programme à venir.

LIEU DES ACTIVITÉS :

10 boulevard churchill, suite 206, Greenfield Park.

(*) Sauf la conférence du 27 octobre 2015 : Centre Jeanne-Dufresnoy, 1 Curé-Poirier Est, Longueuil.

VIE ASSOCIATIVE

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE - mercredi soir 15 juin 2016

Activité pour les membres. Information à venir.

Groupes d'entraide



**INSCRIPTION OBLIGATOIRE
GRATUIT**

Être membre : 20\$/personne; 35\$/famille par an

Vous sentez-vous dépassés par un trouble de santé mentale d'un proche? Nos groupes permettent de parler ouvertement dans un climat de respect et d'empathie. Les participants constatent qu'ils ne sont plus seuls avec cette situation. Vous trouverez un GROUPE DE SOUTIEN afin de mieux comprendre, travailler sur vos habiletés et attitudes, dans un processus de croissance personnelle et familiale. Nos GROUPE D'ENTRAIDE, eux, sont animés par une paire aidante famille.

Groupe d'entraide de SOIR / GÉNÉRAL (Diane Riendeau, paire aidante famille)

Dates : Les mercredis aux deux semaines : du 23 septembre au 02 décembre 2015; 20 janvier au 08 juin 2016 (19h à 21h).

NOUVEAU - Groupe d'entraide de SOIR /CONJOINT-E (Geneviève Genest, paire aidante famille)

Dates : Un mardi/mois : 29 sept / 20 oct / 24 nov / 15 déc 2015 / 26 janv / 23 fév / 29 mars / 26 avr / 24 mai / 14 juin 2016 (19h à 21h).

Groupe de soutien de SOIR / «TPL» (Patricia Arnaud)

Ce groupe mensuel s'adresse à l'entourage d'une personne touchée par un trouble de personnalité limite.

Dates : Un mardi/mois : 29 sept / 20 oct / 24 nov / 15 déc 2015 / 26 janv / 23 fév / 29 mars / 26 avr / 24 mai / 14 juin 2016 (19h à 21h).

Groupe de soutien de JOUR / GÉNÉRAL (Eilyn Miranda)

Dates : Les mercredis aux deux semaines : du 02 septembre au 09 décembre 2015; 13 janvier au 15 juin 2016 (14h à 16h).

Activités de répit

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Être membre : 20\$/personne; 35\$/famille par an

Activité de la Rentrée - ouvert à tous

Date : mardi 15 septembre 2015. Porte ouverte de 17h à 19h : lancement du calendrier 2015-2016 et Vins & fromages (5\$); la Rentrée se poursuivra avec une conférence à 19h. Voir dans la section Conférences.

NOUVEAU : Couponing / couponnage

Date de l'atelier : mardi 29 septembre 2015 (10h à 12h). Animé par Gabrielle Racine.

Par la suite, un groupe s'adresse aux membres qui désirent partager leurs connaissances et trucs afin de continuer à s'entraider à économiser pour eux et leur famille. Gratuit.

Dates : 1 mercredi par mois : 16 sept / 14 oct / 11 nov / 09 déc / 13 janv / 10 fév / 09 mars / 06 avril / 04 mai / 01 juin (de 10h à 12h)

Groupe d'art-thérapie (Marie-Christine Dion, art-thérapeute)

Vous permet d'explorer différentes thématiques à travers l'utilisation de la peinture, dessin, sculpture, collage, etc. Ces médiums vous aideront à prendre contact avec votre monde intérieur et à extérioriser librement votre vécu, vos émotions et vos rêves. Six rencontres. Contribution de 25\$.

Dates automne (soir) : les mercredis 30 sept / 14-28 oct / 11-25 nov / 09 déc 2015 (18h30 à 20h30)

Dates hiver (soir) : les mercredis 13-27 janv / 10-24 fév / 09-23 mars 2016 (18h30 à 20h30)

Dates printemps (jour) : les vendredis 08-15-22-29 avril / 06-13 mai 2016 (14h à 16h)

Yoga (Donna Laniel)

Atelier de dix rencontres pour ceux et celles qui désirent pratiquer le Hatha Yoga et retrouver un équilibre intérieur durable. Les bienfaits du Yoga sont multiples. Contribution de 50\$/10 rencontres.

Dates automne (jour) : les lundis 14-21 sept / 05-19-26 oct / 02-09-16-23-30 nov. 2015 (14h30 à 15h45)

Dates printemps (jour) : les lundis 07-14-21 mars / 04-11-18-25 avril / 02-09-16 mai 2016 (14h30 à 15h45)

NOUVEAU : Confection de cadeaux de Noël (Marie-Christine Dion)

Pour le temps des fêtes, venez confectionner une recette originale à offrir dans un pot « Mason » ! Contribution de 10\$.

Dates (jour) : Au choix - mercredi 02 décembre ou vendredi 04 décembre 2015 (10h à 12h).

Souper du Temps des Fêtes

Date : samedi 12 décembre 2015. Souper avec danse et animation dans le Vieux-Longueuil. Contribution de 25\$.

Formations



INSCRIPTION OBLIGATOIRE
Être membre : 20\$/personne; 35\$/famille par an

SOS OUTILS FAMILLE (Micheline Bessette et Valérie Quimper, paires aidantes famille)

Série de quatre rencontres voulant initier les familles au monde de la maladie mentale. But : Informer et former sur tout ce qui touche les maladies mentales, les attitudes à privilégier, la médication, etc. Contribution de 25\$.

Dates automne (soir) : les lundis 19-26 oct / 02-09 nov 2015 (18h30 à 21h).

Dates hiver (soir) : les lundis 22-29 fév / 07-14 mars 2016 (18h30 à 21h).

Aimer et aider un proche atteint du trouble de personnalité limite (Patricia Arnaud et Linda Girard)

Série de douze rencontres visant à soutenir les familles qui désirent amorcer une démarche de changement pour des relations familiales plus harmonieuses. Avoir un proche atteint du trouble de personnalité limite. Contribution de 25\$.

Dates automne (soir) : les lundis 28 sept / 05-19-26 oct / 02-09-16-23-30 nov / 07-14 déc 2015 (18h30 à 21h).

Dates automne (jour) : les mardis 29 sept / 06-13-20-27 oct / 03-10-17-24 nov / 01-08-15 déc 2015 (13h30 à 16h).

Dates hiver (soir) : les lundis du 22-29 fév / 07-14-21 mars / 04-11-18-25 avril / 02-09-16 mai 2016 (18h30 à 21h).

Dates hiver (jour) : les jeudis du 25 fév / 03-10-17-24-31 mars / 07-14-21-28 avril / 05-12 mai 2016 (13h30 à 16h).

Défi bipolarité (Eilyn Miranda)

Série de six rencontres pour personnes ayant un proche atteint de bipolarité. Le but de ce programme est de comprendre pour mieux agir et prévenir. S'engager à assister aux six rencontres. Contribution de 25\$.

Dates automne (soir) : les jeudis 08-15-22-29 oct / 05-12 nov 2015 (18h30 à 21h).

Dates hiver (jour) : les mercredis 20 janv / 03-17 fév / 02-16-30 mars 2016 (14h à 16h30).

Lâcher-prise (Marie-Christine Dion)

Le lâcher-prise est un des grands défis de la vie. Cette formation n'a pas la prétention de vous rendre des maîtres du lâcher-prise, mais d'amorcer une réflexion et de vous outiller afin de pouvoir appliquer ce mode de vie. Contribution de 25\$.

Dates automne (jour) : les jeudis 08-22 oct / 05 nov 2015 (14h à 16h30).

Dates printemps (soir) : les mercredis 25 mai / 01-08 juin 2016 (18h30 à 21h).

Cap schizophrénie (Eilyn Miranda)

Série de dix rencontres hebdomadaires pour personnes ayant un proche atteint de schizophrénie. Le but de ce programme est de comprendre pour mieux agir et prévenir. S'engager à assister aux dix rencontres. Contribution de 25\$.

Dates (jour) : les jeudis du 14 janvier au 17 mars 2016 (14h à 16h30).

NOUVEAU : Prendre soin des intervenants (Eilyn Miranda et Marie-Christine Dion)

Travailler auprès de personnes souffrantes expose l'intervenant à avoir des réactions internes en reflet des émotions vécues par un client. Cet atelier vise à vous aider dans la compréhension du phénomène et vous faire réfléchir sur votre pratique. Notions théoriques et exercices créatifs. Contribution de 50\$. Date : jeudi 26 novembre 2015 (13h30 à 16h30) ou jeudi 26 mai 2016 (13h30 à 16h30).

Apprendre à se rapprocher sans agressivité (Ghislaine Pilon et Micheline Bessette, paires aidantes famille)

En collaboration avec le Centre Fernand-Séguin, voici une formation de cinq rencontres pour mieux faire face aux comportements agressifs d'un proche atteint d'un trouble de santé mentale. Engagement aux rencontres. Contribution de 25\$.

Dates (soir) : les lundis 04-11-18-25 avril / 02 mai 2016 (18h30 à 21h).

Jeunesse

NOUVEAU : Groupe créatif ADO (Marie-Christine Dion)

Ce groupe de six rencontres s'adresse à des adolescents touchés par la maladie mentale d'un proche parent.

Dates : Les mercredis : du 06 avril au 11 mai 2016 (16h à 18h). Gratuit.

NOUVEAU : Groupe Anna et la mer (Marie-Christine Dion)

Ce groupe de six rencontres s'adresse à des enfants âgés de 8 à 12 ans, touchés par la maladie mentale d'un proche parent.

Dates : Les jeudis : du 07 avril au 12 mai 2016 (16h à 18h). Gratuit.



Pour information concernant nos services et nos activités
veuillez contacter madame **Denise Dorval** à l'accueil.

10 Boulevard Churchill, suite 206, Greenfield Park (Québec) J4V 2L7

www.apammrs.org

info@apammrs.org

450.766.0524

05 Août 2015