



Calendrier d'activités

2017-2018

ASSOCIATION DES PARENTS ET AMIS DE LA PERSONNE
ATTEINTE DE MALADIE MENTALE – RIVE-SUD (APAMM-RS)

NOS SERVICES

- Interventions psychosociales
- Activités d'information
- Groupes d'entraide
- Activités de formation
- Activités de sensibilisation
- Mesures de répit-dépannage

TERRITOIRE DESSERVI

- Agglomération de Longueuil
- MRC Marguerite-D'Youville

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.

PRINCIPALES PROBLÉMATIQUES

- La schizophrénie
- Les troubles bipolaires
- La dépression
- Les troubles de la personnalité limite
- Les troubles anxieux

« Apprenez à composer avec la maladie mentale d'un proche : soyez informé, sachez comment réagir dans l'immédiat, apprenez à aider tout en respectant vos limites. »

Merci de devenir :

MEMBRE RÉGULIER

* 20\$ / individu

* 35\$ / famille à une même adresse;

ou MEMBRE SYMPATHISANT

* 35\$/individu

*60\$ / famille à une même adresse **HORS** de notre territoire.

COORDONNÉES

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

Tél : (450) 766.0524



Apammrs

Fax : (450) 465-1976

www.apammrs.org

info@apammrs.org



ffa?amm

Fédération des familles
et amis de la **personne**
atteinte de maladie mentale

SERVICES

Du lundi au vendredi : 9h à 12h / 13h à 17h

En français, anglais et espagnol.

CONFÉRENCES

GRATUIT – INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Date	Titre	Description
11 septembre 19h à 21h	Démystifier le trouble de personnalité limite (<i>Linda Girard</i>)	Information aux familles ; suivie d'une vidéo témoignages.
19 septembre 19h à 20h30	Santé mentale et dépendances (<i>Tyna Bernier, du Centre de réadaptation le Virage</i>)	Comprendre le concept de réadaptation en dépendance et présentation des services du Centre le Virage.
04 octobre 19h à 20h30	La survie du couple en contexte de maladie mentale (<i>George-Marie Craan, thérapeute fam.</i>)	Pistes de réflexions et d'actions, que vous ayez un conjoint ou un enfant atteint d'un trouble de santé mentale.
15 novembre 19h à 20h30	Vivre en harmonie avec la schizophrénie (<i>Jean Manneville jr. Theagene, B.Sc</i>)	Témoignage de rétablissement de Jean, conférencier, entraîneur personnel et coach de course à pied ; travaille au centre ville ; en couple et père de famille.
11 décembre 19h à 20h30	Démystifier le trouble narcissique (<i>Linda Girard</i>)	Prendre conscience des jeux relationnels. Comment vivre une relation satisfaisante.
29 janvier 19h à 21h	Démystifier le trouble de personnalité limite (<i>Linda Girard</i>)	Information aux familles ; suivie d'une vidéo témoignages.
07 février 19h à 20h30	Faire face aux situations de crise et de suicide (<i>Marie-Christine Dion</i>)	Les multiples visages d'une crise suicidaire. Manipulation ou risque de passage à l'acte. Comment prévenir et agir. Oser en parler.
13 février 19h à 21h	Démystifier la schizophrénie et les psychoses apparentées (Dr. Marie Villeneuve, psychiatre)	En partenariat avec la Société de schizophrénie de Montréal (SQS), présentation des multiples aspects des psychoses. <i>Lieu : Salle Edelma-O'Connor, 911 Roland-Therrien, Longueuil</i>
29 mars 19h à 20h30	Pour s'en sortir avec des mythes et préjugés sur la maladie mentale et mieux vivre avec un proche atteint (<i>Eilyn Miranda</i>)	Parlons des conséquences de la maladie. Faire face aux sentiments qui paralysent et écrasent les familles, comme la peur, la honte et la culpabilité.
17 avril 19h à 20h30	Avoir une mère ou un père atteint du trouble de personnalité limite (<i>Patricia Arnaud</i>)	Vous êtes un enfant qui a grandi auprès d'un parent atteint du T.P.L. ? Si vous souhaitez comprendre, vous protéger et établir possiblement une relation plus saine, cette conférence est pour vous.
26 avril 19h à 20h30	Comment devenir une famille résiliente (<i>Eilyn Miranda</i>)	Pourquoi certaines familles ont plus de capacités à rebondir dans les difficultés ? Partageons ensemble des outils pour être mieux équipés face à la maladie.
08 mai 19h à 20h30	Le processus de rétablissement pour les proches d'une personne atteinte de maladie mentale (<i>Céline Myre</i>)	Vous vivez un choc? Vous vous sentez dépassé ? « <i>Le rétablissement est un processus débutant là où la personne décide de ne plus donner tout pouvoir au trouble mental (de son proche).</i> » Lagueux (2007)
14 mai 19h à 21h	Démystifier le trouble de personnalité limite (<i>Linda Girard</i>)	Information aux familles ; suivie d'une vidéo témoignages.
12 juin 18h30 à 19h45 20h à 21h30	Assemblée générale annuelle Lieu : À déterminer. Conférence spéciale « On comploté dans mon dos ! Paranoïa ou peurs justifiées ? » (<i>Linda Girard</i>)	Assemblée générale des membres en règle, qui sera suivie d'une conférence . <i>Café desserts</i> . Soirée GRATUITE. La paranoïa, plus complexe qu'il n'y paraît ! Votre proche est persuadé qu'il est exploité, trompé, menacé ? Il se pense sur écoute et arrive difficilement à se confier ; devient vite colérique ; paraît orgueilleux et négatif ?

SOUTIEN ET ENTRAIDE

GRATUIT – INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Merci de devenir membre !

Journée et heures	Titre et dates	Description
Les <u>mercredis</u> Aux 2 semaines 14h à 16h JOUR	GROUPE DE SOUTIEN (<i>Eilyn Miranda</i>) Dates : 13 septembre au 06 décembre 2017 ; du 17 janvier au 06 juin 2018.	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. Le <i>groupe de soutien</i> vous permet de mieux comprendre, travailler sur vos habiletés et attitudes dans un processus de croissance personnelle et familiale. Le <i>groupe d'entraide</i> est animé par deux paires-aidantes-familles. Il se veut davantage un lieu de partage.
Les <u>jeudis</u> Aux 2 semaines 19h à 21h SOIR	GROUPE D'ENTRAIDE (<i>Céline Myre et Gabrielle Lasnier</i>) Dates : 14 septembre au 07 décembre 2017 ; du 11 janvier au 14 juin 2018.	

ACTIVITÉS DE RÉPIT

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Merci de devenir membre !

Titre et dates	Description
Art-thérapie et rêves (<i>Marie-Christine Dion</i> , art-thérapeute Concordia University) <u>Vendredi JOUR</u> : 09-16-23 mars/06-13-20 avril 2018 (14h à 16h) <u>Mercredi SOIR</u> : 25 avril/02 au 30 mai 2018 (18h30 à 20h30) <i>50\$ membre régulier / 150\$ sympathisant</i>	Vous vous questionnez sur la signification de vos rêves? Cet atelier vous permettra d'explorer cet univers fascinant en utilisant les théories de Jung, fondateur de la psychologie analytique, ainsi que les médiums créatifs tels que peinture, dessin, sculpture et collage.
Brunch du Temps des Fêtes Dimanche, 03 décembre 2017 – 10h30 à 13h30 <i>25\$ membre régulier</i>	Rencontre amicale pour les membres de l'APAMM-RS au Restaurant le Messina, dans le Vieux-Longueuil. Ambiance festive. Brunch à volonté. Prix de présence.

L'ÉQUIPE DE L'APAMM-RS



De gauche à droite : **Patricia Arnaud**, M.Ed. (directrice) ; **Eilyn Miranda**, B.T.S. (intervenante) ; **Marie-Christine Dion**, M.A. (intervenante et art-thérapeute diplômée) ; **Linda Girard**, B.A. (intervenante) ; **Lucie Brière** (intervenante contractuelle) ; **Farzana Hyatooila** (secrétaire-comptable).

TOURNOI DE GOLF au profit de l'APAMM-RS

DATE : Mercredi le 20 juin 2018 – de 9h à 21h.

LIEU : Club de golf Verchères.

DÉTAILS à venir sur www.apammrs.org ou 450.766.0524.



Merci de devenir membre !

Titre	Description	Dates
Aimer et aider un proche atteint du trouble de personnalité limite <i>(Linda Girard)</i> <u>50\$ membre régulier ⁽¹⁾</u> <u>200\$ sympathisant</u>	Série de dix 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.	* Automne 2017 (soir) : les lundis 18-25 sept/02-16-23-30 oct/06-13-20-27 nov. (18h30 à 21h). * Automne 2017 (jour) : les mardis 19-26 sept/03-10-17-24-31 oct/07-14-21 nov. (13h30 à 16h). * Hiver 2018 (soir) : les lundis 05-12-19-26 fév/05-12-19-26 mars/09-16 avril (18h30 à 21h). * Hiver 2018 (jour) : les mardis 06-13-20-27 fév/06-13-20-27 mars/03-10 avril (13h30 à 16h).
Prendre soin de sa santé mentale <i>(Eilyn Miranda et Marie-Christine Dion)</i> <u>25\$ membre régulier ⁽¹⁾</u> <u>50\$ intervenant</u>	Soutenir des personnes souffrantes expose l'aidant à avoir des réactions face aux émotions ou comportements d'un client ou d'un proche. Cette journée vise à vous aider dans la compréhension du phénomène et vous faire réfléchir sur votre aide. Notions théoriques et exercices créatifs (art-thérapie).	* Pour intervenants : jeudi 01 mars 2018 (9h30 à 16h). Contribution de 50\$. <i>Dîner non inclus.</i> * Pour membres de l'entourage : jeudi 12 avril 2018 (9h30 à 16h). Contribution de 25\$ ⁽¹⁾ . <i>Dîner non inclus.</i>
Cap schizophrénie <i>(Lucie Brière)</i> <u>40\$ membre régulier ⁽¹⁾</u> <u>160\$ sympathisant</u>	Série de huit rencontres hebdomadaires pour personnes ayant un proche atteint de schizophrénie. Comprendre pour mieux agir et prévenir.	* Automne 2017 (soir) : les mardis du 03 octobre au 21 novembre 2017 (18h30 à 21h).
Lâcher prise <i>(Marie-Christine Dion)</i> <u>25\$ membre régulier ⁽¹⁾</u> <u>60\$ sympathisant</u>	Série de trois rencontres . 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.	* Hiver 2018 (soir) : les mercredis du 7 au 21 mars 2018 (18h30 à 21h).
Défi des troubles psychotiques <i>(Diane Riendeau)</i> <u>30\$ membre régulier ⁽¹⁾</u> <u>120\$ sympathisant</u>	Série de six rencontres pour personnes ayant un proche atteint d'un des troubles psychotiques. Comprendre pour mieux agir et prévenir.	* Printemps 2018 (soir) : les mardis du 13 mars au 10 avril + 24 avril 2018 (de 19h à 21h).
Atelier pratique de communication avancée <i>(Eilyn Miranda et Linda Girard)</i> <u>25\$ membre régulier ⁽¹⁾</u> <u>50\$ sympathisant</u>	Transformer la communication avec votre proche! Découvrons ensemble la meilleure façon d'identifier certains problèmes. Une journée qui propose théorie et pratique pour mieux <i>communiquer</i> . <i>Dîner non inclus.</i>	* Automne 2017 : jeudi 19 octobre 2017 (de 9h30 à 16h); ou * Printemps 2018 : jeudi 15 mars 2018 (de 9h30 à 16h)
Défi des troubles de l'humeur <i>(Eilyn Miranda ou Lucie Brière)</i> <u>30\$ membre régulier ⁽¹⁾</u> <u>120\$ sympathisant</u>	Série de six rencontres pour personnes ayant un proche atteint de bipolarité (maniaco-dépression) ou de dépression. Comprendre pour mieux agir et prévenir.	* Automne 2017 (jour avec Eilyn) : les mercredis 20 sept/04 oct/18 oct/01 nov/15 nov/29 nov 2017 (14h à 16h30). * Hiver 2018 (soir avec Lucie) : les mardis 23-30 janv/06-20-27 fév/06 mars 2018 (18h30 à 21h).
Dompter ou écouter son anxiété <i>(Lucie Brière)</i> <u>25\$ membre régulier ⁽¹⁾</u> <u>60\$ sympathisant</u>	Série de trois rencontres pour les membres de l'entourage qui désirent comprendre leur anxiété et celle de leur proche, tout en recevant des outils pour apprendre à mieux intervenir.	* Printemps 2018 (soir) : les mercredis 04-11-18 avril 2018 (18h30 à 21h).

⁽¹⁾ **Gratuit pour personnes à faibles revenus sur notre territoire. Informez-vous.**

Lors d'inscription, s'engager à assister à toutes les rencontres.