

# AQPAMM

Association québécoise des  
parents et amis de la personne  
atteinte de maladie mentale



## Programmation hiver-printemps 2018

<b>Services d'information</b>	<b>4-6</b>
<b>Services d'intervention psychosociale</b>	<b>6</b>
<b>Services de psychoéducation</b>	<b>7-8</b>
<b>Services de groupes de soutien et d'entraide</b>	<b>9-10</b>
<b>Soutenir l'AQPAMM</b>	<b>11</b>

AQPAMM

Association québécoise des parents et amis de la personne atteinte de maladie mentale  
1260 Ste-Catherine Est, bur 208, Montréal (Québec) H2L 2H2 (Métro Beaudry)

514 524-7131 | [www.aqpamm.ca](http://www.aqpamm.ca) | [accueil@aqpamm.ca](mailto:accueil@aqpamm.ca)



# L'AQPAMM...

L'association québécoise des parents et amis de la personne atteinte de maladie mentale accueille et accompagne les familles et/ou l'entourage d'une personne vivant avec un trouble de santé mentale. Elle leur offre information, référencement, accompagnement dans l'ensemble de leurs besoins et les outils pour soutenir leur proche, tout en prenant soin d'eux.

L'AQPAMM contribue à briser l'isolement des familles et de l'entourage, à sensibiliser le grand public et les décideurs pour vaincre les préjugés et favoriser l'inclusion des personnes vivant avec un problème de santé mentale.



*Événements destinés à tous dans cette couleur*

## Est-ce que votre proche vit avec un problème de santé mentale ?

Nous sommes là pour vous soutenir. Nous offrons une gamme de services aux membres de l'entourage d'une personne vivant avec un problème de santé mentale.

*Événements destinés aux proches aidants d'aînés dans cette couleur*

## Le proche que vous aidez, est-il une personne aînée ?

Nous sommes heureux de vous offrir des services spécifiques destinés aux proches aidants de personnes aînées qui vivent avec un problème de santé mentale.

# Services d'information

## Accueil, information et référence

gratuit et confidentiel

### Objectif

Accueillir les personnes membres et non-membres de l'AQPAMM avec empathie, compassion et bienveillance; les informer sur les services de l'organisme; les orienter vers des services ou des ressources qui répondent à leurs besoins.

Lundi au vendredi | 9h - 17h

## Séances d'information

gratuit pour tous

### Objectif

Animées par des intervenantes, les séances d'information offrent une première porte d'entrée à toute personne interpellée par la situation d'une personne vivant avec un problème de santé mentale. C'est aussi l'occasion de mieux comprendre les enjeux entourant le rôle des membres de l'entourage et des proches aidants. Ces séances permettent également de mieux connaître les services de l'AQPAMM ainsi que d'autres ressources utiles.

Session de jour | 10h - 12h

Tous les 3<sup>es</sup> mercredis du mois

17 janvier

18 avril

21 février

16 mai

21 mars

20 juin

Session de soir | 18h30 - 20h30

Tous les 1<sup>ers</sup> mercredis du mois

7 février

2 mai

7 mars

6 juin

4 avril

# Services d'information

## Conférences publiques

### Objectif

Les conférences publiques permettent de donner de l'information actualisée sur des thématiques variées et adaptées à la réalité des membres de l'entourage d'une personne vivant avec un problème de santé mentale.

## La crise psychologique

14 février 2018 | 18h30 - 20h30

***La crise psychologique interpelle et ébranle tout l'entourage de la personne qui en est la première victime. Chercher à mieux la comprendre, voire l'apprivoiser, car, après tout, elle essaie de nous dire quelque chose.***

***Animée par : Virginie Dubé, M.Sc., Formatrice à Revivre, Candidate au Ph.D – Psychologie et par Christine Blais-Roy, Psychologue interne - Hôpital Maisonneuve-Rosemont, Candidate au Ph.D – Psychologie***

## Le mandat de protection : se protéger en prévision de l'incapacité

14 mars 2018 | 18h30 - 20h30

***Bien qu'il puisse être difficile d'y penser, l'incapacité peut toucher tout le monde et survenir à n'importe quel moment.***

***Animée par : Un juriste du Centre de justice de proximité du Grand Montréal qui répondra, dans un langage clair et vulgarisé, aux questions que se posent les citoyens sur le mandat de protection.***

## Services d'information

### Témoignage sur le parcours d'une personne ayant souffert d'un trouble de santé mentale

9 mai 2018 | 18h30 - 20h30

*Animée par : Madame Carole Lévis*

gratuit pour les membres

10\$ pour les non-membres

## Services d'intervention psychosociale

### Suivi clinique individuel, de couple et familial

#### Objectif

Permettre aux membres de l'entourage et aux proches aidants de retrouver un bien-être et de l'équilibre personnel.

Lundi au jeudi | 9h - 21h      Vendredi | 9h - 17h

Sur RDV

Réservé aux membres

# Services de psychoéducation

## Psychoéducation TPL

25\$ pour le matériel

### Objectif

Permettre aux participants de vivre auprès d'une personne souffrant d'un trouble de personnalité limite, de l'aimer et de l'aider tout en demeurant en contrôle de leur propre vie. Grâce à ce programme psychoéducatif, les participants développeront des connaissances pour se rendre plus efficaces dans l'aide qu'ils apporteront tout en prenant soin d'eux.

Session de jour | 14h - 16h

Jeudis

**25 janvier**

**1<sup>er</sup>, 8, 15, 22 février**

**1<sup>er</sup>, 8, 15, 22, 29 mars**

**5, 12, 19 avril**

Session de soir | 18h30 - 20h30

Mardis

**30 janvier**

**6, 13, 20, 27 février**

**6, 13, 20, 27 mars**

**3, 10, 17, 24 avril**



# Services de psychoéducation

## Ateliers pour les proches aidants d'aînés

### Objectif

Animée par une intervenante, cette série de 8 ateliers visera à informer, accompagner et soutenir les proches dans un parcours dont l'objectif est d'amener un changement au sein d'une relation avec une personne aînée atteinte d'un trouble de santé mentale. Ces rencontres permettront aux proches de mieux connaître la santé mentale, les enjeux reliés au vieillissement et leur rôle dans la relation.

Session de soir | 18h30 - 20h30

Jeudis

**1<sup>er</sup>, 8, 15, 22 février**

**1<sup>er</sup>, 8, 15, 22 mars**

25\$ pour le matériel



# Services de groupes de soutien et d'entraide

## Groupe de soutien

gratuit pour les membres

### Objectif

Le groupe de soutien vise à favoriser le développement et l'entraide par le savoir expérientiel des membres tout en brisant l'isolement.

## Destiné aux proches aidants d'aînés

Tous les 3<sup>es</sup> mardis du mois | De jour | 14h - 16h

**23 janvier**      **20 mars**      **15 mai**

**20 février**      **17 avril**

Tous les 2<sup>es</sup> mardis du mois | De soir | 18h30 - 20h30

**16 janvier**      **13 mars**      **8 mai**

**13 février**      **10 avril**

## Beaudry

Tous les 2<sup>es</sup> mardis du mois | De jour | 14h - 16h

**9 janvier**      **13 mars**      **8 mai**

**13 février**      **10 avril**      **12 juin**

Tous les 4<sup>es</sup> mercredis du mois | De soir | 18h30 - 20h30

**24 janvier**      **28 mars**      **23 mai**

**28 février**      **25 avril**      **27 juin**

## L'Étançon

*Centre communautaire Mainbourg, 14 115 rue Prince-Arthur, Montréal*

Tous les 1<sup>ers</sup> mardis du mois | De soir | 19h-21h

**6 février**      **3 avril**      **5 juin**

**6 mars**      **1 mai**

# Services de groupes de soutien et d'entraide

## Art thérapie

25\$ pour le matériel

### Objectif

Les ateliers favorisent l'expression émotionnelle et permettent de prendre du recul par rapport à son rôle de proche aidant. Cette approche favorise les prises de conscience et le mieux-être, dans une atmosphère d'entraide qui permet de briser l'isolement.

Session de jour | 13h30 - 15h30  
Mercredis

Session de soir | 18h30 - 20h30  
Mercredis

### Ateliers participatifs

(4 séances pour un groupe de 8 personnes maximum)

1<sup>ère</sup> session

21 février

7 mars

2<sup>e</sup> session

18 avril

2 mai

21 mars

4 avril

16 mai

30 mai

# Soutenir l'AQPAMM : adhésion, renouvellement et don

L'adhésion annuelle à l'AQPAMM vous permet d'avoir accès à l'ensemble de nos services, et ce, à coût modique.

<b>Individuel</b>	<b>15\$</b>
<b>Couple</b>	<b>20\$</b>
<b>Famille</b>	<b>25\$</b>
<b>Corporatif</b>	<b>70\$</b>

Il est aussi possible de faire un don à l'AQPAMM afin de soutenir et d'encourager l'association à poursuivre sa mission dans l'accompagnement des familles et des proches.

Vous trouverez sur notre site internet le formulaire d'adhésion ainsi qu'une plate-forme électronique pour faire un don.

[www.aqpamm.ca](http://www.aqpamm.ca)





# AQPAMM

Association québécoise des  
parents et amis de la personne  
atteinte de maladie mentale



**514 524-7131**

1260 Ste-Catherine Est, bur 208  
Montréal (Québec) H2L 2H2

[www.aqpamm.ca](http://www.aqpamm.ca)

Pour toutes nos actualités,  
suivez-nous sur facebook:



Nos services sont rendus possibles grâce au soutien de :

