

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
			<hr/> Atelier : (3^e/10) Le trouble de personnalité limite, 13h à 15h
		<hr/> Groupe de soutien PAA* 18h à 19h30	
		<hr/> Groupe de soutien thématique <i>Proche aidant.e mais aussi un individu. Qui suis-je?</i> 18h à 19h30	
5	6	7	8
<hr/> Musicothérapie 19h à 20h30	<hr/> Ateliers thématiques PAA* : <i>La connaissance de soi</i> 18h à 20h	<hr/> Séance d'informations 12h à 13h	<hr/> Atelier : (5^e/10) Le trouble de personnalité limite, 13h à 15h
12	13	14	15
	<hr/> Atelier : (1^{er}/10) Le trouble de personnalité limite, 18h à 20h	<hr/> Groupes de soutien thématique <i>Faire face au sentiment d'épuisement, 18h à 19h30</i>	<hr/> Ateliers : (6^e/10) Le trouble de personnalité limite, 13h à 15h (1^{er}/3) Comprendre les enjeux de la relation, 15h à 17h
19	20	21	22
<hr/> Musicothérapie 19h à 20h30	<hr/> Atelier : (2^e/10) Le trouble de personnalité limite, 18h à 20h	<hr/> Séance d'informations 18h à 19h	<hr/> Ateliers : (7^e/10) Le trouble de personnalité limite, 13h à 15h (2^e/3) Comprendre les enjeux de la relation, 15h à 17h <i>Comprendre pour mieux réagir</i> 18h à 20h
26	27	28	29

Séances d'informations

14 avril, 12h à 13h
 28 avril, 18h à 19h

Ateliers thématiques PAA*

La connaissance de soi
 13 avril, 18h à 20h

Groupes de soutien PAA*

7 avril, 18h à 19h30

Groupes de soutien thématique

Proche aidant.e mais aussi un individu. Qui suis-je?

7 avril, 18h à 19h30

Faire face au sentiment d'épuisement!

21 avril, 18h à 19h30

Soirées thématiques

Trouver les bons mots, mais aussi comprendre et rassurer les enfants de parents présentant un trouble de personnalité limite
 14 avril, 18h à 20h

Ateliers :

Le trouble de personnalité limite
 1, 8, 15, 22, 29 avril, 13h à 15h

Le trouble de personnalité limite
 20, 27 avril, 18h à 20h

2, 9, 16, 23 et 30 mars, 18h à 20h

Comprendre les enjeux de la relation
 22, 29 avril, 15h à 17h

Le trouble de personnalité :
Comprendre pour mieux réagir
 29 avril, 18h à 20h

Musicothérapie

12, 26 avril, 19h à 20h30

* Services réservés aux proches aidants de personnes âgées vivant avec un trouble de santé mentale (PAA)

Détails sur nos services et activités*

Séance d'information

Elle offre une porte d'entrée à toute personne interpellée par la situation d'une personne vivant avec un problème de santé mentale. C'est l'occasion de mieux comprendre les enjeux entourant le rôle des membres de l'entourage et des proches aidants, en plus de mieux connaître nos services et les ressources complémentaires.

Groupes de soutien thématiques

Ils ont comme objectifs de briser l'isolement et permettent aux participant·e·s de rencontrer d'autres personnes qui vivent des situations similaires. Les participant·e·s sont invité·e·s à partager leurs propres expériences et à échanger avec les autres participant·e·s dans un contexte de respect, accompagné·e·s par une intervenante de l'AQPAMM.

Soirée thématique : Trouver les bons mots, mais aussi comprendre et rassurer les enfants de parents présentant un trouble de personnalité limite

Présentée par Lyne Desrosiers, cette conférence abordera d'abord comment le trouble de personnalité limite affecte la parentalité. Elle exposera ensuite, les enjeux auxquels font face les enfants de parents présentant ce trouble en fonction de leur âge. Différentes stratégies pour répondre à leurs besoins seront finalement discutées.

Ateliers Le trouble de personnalité limite (TPL)

C'est une série de 10 ateliers qui nécessite un engagement sur l'ensemble des dates prévues. Elle vise à permettre aux participant·e·s d'entretenir une relation positive et équilibrée avec leur proche, en développant des connaissances sur ce trouble et sa dynamique particulière.

Atelier Trouble de personnalité : Comprendre pour mieux réagir

Cet atelier vise à développer des connaissances de base sur les symptômes de ce trouble et d'identifier les signes précurseurs. Il s'agit également de prendre le temps de reconnaître ce que ces symptômes peuvent faire vivre aux proches et repérer leurs impacts sur la dynamique relationnelle, tout en apportant des pistes de réflexion pour mieux réagir.

Atelier Comprendre les enjeux de la relation

Cette série de 3 ateliers nécessitent une implication sur les 3 dates prévues. Elle permet aux participant·e·s de mieux identifier leurs rôles auprès de la personne en difficulté, de s'interroger sur les enjeux relationnels, et repérer ses propres besoins.

* Les activités sont sur inscription pour les membres de l'AQPAMM.

Nos services sont rendus possibles grâce au soutien de :



Musicothérapie

Nadia Delisle, musicothérapeute, offre un espace de ressourcement à travers la musique : partage, écoute, chanson et composition musicale dirigée. Aucune connaissance musicale et aucun instrument ne sont requis.

Services destinés aux proches aidants d'ainé·e·s en santé mentale

Groupes de soutien

Les groupes de soutien ont pour objectif de briser l'isolement et permettent de rencontrer d'autres personnes confrontées à des situations similaires.

Atelier thématique

Ces ateliers visent à engager une réflexion et à favoriser un échange autour d'un thème, tel que la connaissance de soi, les deuils, la communication...



AQPAMM.ca

Pour devenir membre et connaître les coûts de nos services, contactez-nous!

Par la suite, une intervenante vous proposera une rencontre pour évaluer avec vous quel(s) service(s) répondraient le mieux à vos besoins.

Accueil, information et référence par téléphone, du lundi au vendredi entre 9 h et 12 h et 13 h et 17 h.

✉ accueil@aqpamm.ca

☎ 514 524-7131

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

📘 Pour toutes nos actualités, suivez-nous sur [Facebook](#)!