

PROGRAMMATION Juin 2021



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
	Atelier : (7^e/10) <i>Le trouble de personnalité limite, 18 h à 20 h</i> <p style="text-align: right;">1</p>	Groupes de soutien thématique <i>Les émotions, quelles informations vous transmettent-elles ?</i> 18 h à 19 h 30 <p style="text-align: right;">2</p>	Ateliers : (1^e/3) <i>Comprendre les enjeux de la relation, 18 h à 20 h</i> <p style="text-align: right;">3</p>
7	Atelier : (8^e/10) <i>Le trouble de personnalité limite, 18 h à 20 h</i> <p style="text-align: right;">8</p>	Séance d'informations 12 h à 13 h <p style="text-align: right;">9</p>	Ateliers : (2^e/3) <i>Comprendre les enjeux de la relation, 18 h à 20 h</i> <p style="text-align: right;">10</p>
Musicothérapie 19 h à 20 h 30 <p style="text-align: right;">14</p>	Atelier : (9^e/10) <i>Le trouble de personnalité limite, 18 h à 20 h</i> <i>Atelier de maintien Aider en équilibre PAA*, 18 h à 20 h</i> <p style="text-align: right;">15</p>	Groupes de soutien thématique <i>Explorons la communication !</i> 18 h à 19 h 30 <p style="text-align: right;">16</p>	Atelier : (10^e/10) <i>Le trouble de personnalité limite, 18 h à 20 h</i> (3^e/3) <i>Comprendre les enjeux de la relation, 18 h à 20 h</i> <p style="text-align: right;">17</p>
21	Groupe de soutien PAA* 18 h à 19 h 30 <p style="text-align: right;">22</p>	Séance d'informations 18 h à 19 h <p style="text-align: right;">23</p>	<p style="text-align: right;">24</p>
28	Groupes de soutien thématique <i>Les stratégies d'adaptation</i> 18 h à 19 h 30 <p style="text-align: right;">29</p>	Atelier : <i>Le spectre de la schizophrénie et autres troubles psychotiques : comprendre pour mieux réagir,</i> 18 h à 20 h <p style="text-align: right;">30</p>	

Séances d'informations

9 juin, 12 h à 13 h
 23 juin, 18 h à 19 h

Groupes de soutien PAA*

22 juin, 18 h à 19 h 30

Groupes de soutien thématique

Les émotions, quelles informations vous transmettent-elles ?

2 juin, 18 h à 19 h 30

Explorons la communication !

16 juin, 18 h à 19 h 30

Les stratégies d'adaptation

29 juin, 18 h à 19 h 30

Ateliers :

Le trouble de personnalité limite

1, 8, 15, 17 juin, 18 h à 20 h

Comprendre les enjeux de la relation

3, 10, 17 juin, 18 h à 20 h

Le spectre de la schizophrénie et autres troubles psychotiques :

comprendre pour mieux réagir

30 juin, 18 h à 20 h

*Atelier de maintien Aider en équilibre PAA**

15 juin, 18 h à 20 h

Musicothérapie

14 juin, 19 h à 20 h 30

* 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.

Atelier Le Trouble de personnalité limite

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.

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.

Le spectre de la schizophrénie et autres troubles psychotiques : 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.

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.

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

Nos services sont rendus possibles grâce au soutien de :



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 de maintien Aider en équilibre

Il permet aux membres ayant assisté à la série d'ateliers Aider en Équilibre de réactualiser leurs connaissances et de partager leurs vécus.



AQPAMM

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](#) !