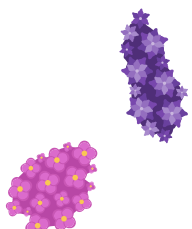
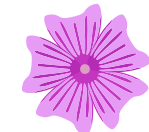
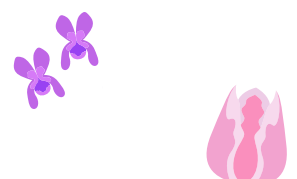
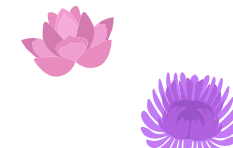


PROGRAMMATION

Mai 2022

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
 9	 10	 11	Atelier : Comprendre pour mieux réagir : Les troubles de personnalités, 18h à 20h 12
Groupe d'entraide EN PRÉSENTIEL 14 h à 15h30 16	1/4 Groupe de soutien fermé Conjoint.es PAA* : 13h30 à 15h 17		
 23	2/4 Groupe de soutien fermé Conjoint.es PAA* : 13h30 à 15h 24	Café rencontres PAA* : 14 h à 16 h 25	
 30	3/4 Groupe de soutien fermé Conjoint.es PAA* : 13h30 à 15h 31		 28
		27	

Groupe d'entraide **EN PRÉSENTIEL**

16 mai, 14 h à 15h30

Atelier

Atelier trouble : comprendre pour mieux réagir
Les troubles de personnalités

12 mai, 18 h à 20 h

Groupe de soutien fermé Conjoint.es PAA – Série de 4 rencontres*

1/4 17 mai, 13h30 à 15 h

2/4 24 mai, 13h30 à 15 h

3/4 31 mai, 13h30 à 15 h

Café rencontres PAA*

25 mai, 14 h à 16 h

À VENIR EN JUIN

Groupe d'entraide
 6 juin, 18h30 à 20 h

Comprendre pour mieux réagir : les troubles anxieux
 16 juin, 18 h à 20 h

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

AqPAMM

Détails sur nos services et activités*

Groupes d'entraide

Le groupe d'entraide vise à favoriser le partage d'expériences, de situations ou de problématiques communes et facilite/permets l'entraide entre les membres. La participation est volontaire et vient briser l'isolement. Il est animé par un.e/des pairs.e.s aidants.e.s famille, le vécu expérientiel est ainsi au cœur des échanges.

Atelier « Les troubles de personnalités : 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.

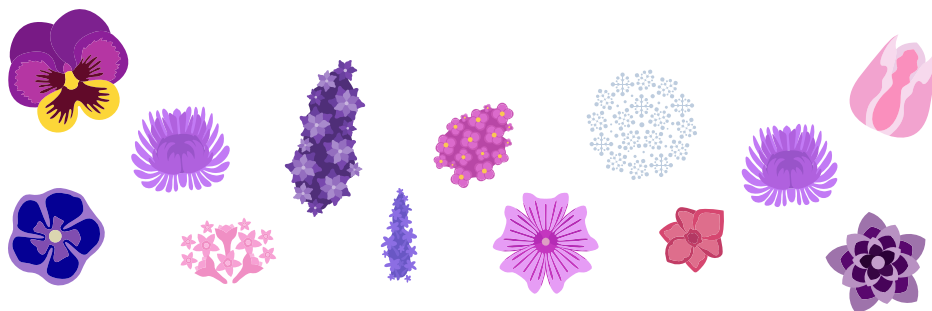
Services destinés aux proches aidants d'ainé.e.s en santé mentale

Groupe de soutien fermé pour conjoint.es

Vous accompagnez votre conjoint ou conjointe âgé de 60 ans et plus vivant avec une problématique de santé mentale ? L'AQPAMM vous propose ce nouveau groupe de soutien afin de pouvoir échanger avec des personnes ayant le même rôle auprès de leur proche. Cet espace vise à échanger autour de votre réalité propre et de ses enjeux en abordant différentes thématiques. Ces rencontres traiteront des différents défis qui peuvent se présenter dans cette situation, ainsi que le développement de stratégies afin d'y trouver un meilleur équilibre personnel. C'est un programme de 4 rencontres consécutives.

Nouveau! Cafés-rencontres

Nous vous invitons à vous joindre à nous pour ce premier café-rencontres destiné aux personnes proches aidant.es d'ainé.es. C'est l'occasion de se rencontrer dans un espace agréable et de partager votre vécu à travers diverses activités. La thématique de ce café-rencontre est notamment de sensibiliser aux bienfaits de l'activité physique et d'échanger autour de stratégies de gestion du stress.



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

Nos services sont rendus possibles grâce au soutien de:



Centraide
of Greater Montreal

L'APPU

POUR LES
PROCHES AIDANTS

Santé
et Services sociaux

Québec



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!](#)