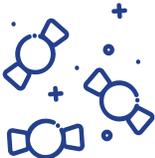




PROGRAMMATION

Octobre 2022

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
<p>Groupe d'entraide 18h30 à 20h</p> <p>3</p>	<p>Séance d'information, 12h à 13h</p> <p>Atelier 1/3: Comprendre les enjeux de la relation, 18h à 20h</p> <p>Atelier Aider en équilibre* 18h à 20h</p> <p>4</p>	 <p>5</p>	<p>Atelier 1/10: Le trouble de personnalité limite, 18h à 20h</p> <p>6</p>
 <p>10</p>	<p>Groupe d'entraide TPL 18h à 19h30</p> <p>Atelier 2/3: Comprendre les enjeux de la relation, 18h à 20h</p> <p>Atelier Aider en équilibre* 18h à 20h</p> <p>11</p>	<p>12</p>	<p>Atelier 2/10: Le trouble de personnalité limite, 18h à 20h</p> <p>13</p>
 <p>17</p>	<p>Séance d'information, 18h à 19h</p> <p>Atelier 3/3: Comprendre les enjeux de la relation, 18h à 20h</p> <p>Atelier Aider en équilibre* 18h à 20h</p> <p>18</p>	<p>Atelier: Spectre de la schizophrénie : comprendre pour mieux réagir, 18h à 20h</p> <p>Bullet Journal comme outil de rétablissement* 18h à 20h</p> <p>19</p>	<p>Atelier 3/10: Le trouble de personnalité limite, 18h à 20h</p> <p>20</p>
<p>Groupe d'entraide 14h à 15h30</p> <p>24</p>	<p>Groupe d'entraide TPL 18h à 19h30</p> <p>Atelier Aider en équilibre* 18h à 20h</p> <p>25</p>	<p>Groupe de soutien pour conjoint.es PAA* 13h30 à 15h</p> <p>26</p>	<p>Atelier 4/10: Le trouble de personnalité limite, 18h à 20h</p> <p>27</p>

Séance d'information EN LIGNE

4 octobre, 12 h à 13 h
18 octobre, 18 h à 19 h

Groupe d'entraide EN PRÉSENTIEL

3 octobre, 18h30 à 20 h
24 octobre, 14 h à 15h30

Groupe d'entraide TPL** EN PRÉSENTIEL

11 et 25 octobre, 18 h à 19h30

Ateliers EN LIGNE

Le trouble de personnalité limite

1/10 6 octobre, 18 h à 20 h
2/10 13 octobre, 18 h à 20 h
3/10 20 octobre, 18 h à 20 h
4/10 27 octobre, 18 h à 20 h

Comprendre les enjeux de la relation

1/3 4 octobre, 18 h à 20 h
2/3 11 octobre, 18 h à 20 h
3/3 18 octobre, 18 h à 20 h

Spectre de la schizophrénie : comprendre pour mieux réagir, en partenariat avec la SQS (Société québécoise de la schizophrénie)

19 octobre, 18 h à 20 h

Groupes de soutien pour conjoint.es PAA* EN PRÉSENTIEL

26 octobre, 13h30 à 15 h

Atelier Aider en équilibre* EN LIGNE

4, 11, 18 et 25 octobre, 18 h à 20 h

Bullet Journal comme outil de rétablissement* EN PRÉSENTIEL

19 octobre, 18 h à 20 h

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

**TPL : Trouble de personnalité limite

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 d'entraide

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

Groupe d'entraide Trouble de personnalité limite (TPL)

Ce groupe rassemble les membres de l'entourage d'une personne vivant avec une problématique de TPL volontaires pour partager des situations ou des problématiques communes. Cet espace facilite l'entraide entre les membres et vient briser l'isolement. Il est animé par des pairs.e.s aidants.e.s famille, le vécu expérientiel est ainsi au cœur des échanges.

Atelier Le trouble de la personnalité limite

C'est une série de 10 ateliers qui nécessite un engagement sur l'ensemble des dates prévues, ainsi qu'une rencontre individuelle en amont des ateliers. Cette série 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 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.

Spectre de la schizophrénie : 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.

* 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

Groupe de soutien pour conjoint.e PAA

Les groupes de soutien ont pour objectif de briser l'isolement et permettent de rencontrer d'autres personnes confrontées à des situations similaires dans un contexte de conjugalité. 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 Aider en équilibre

Cette série d'ateliers nécessite un engagement de 9 semaines et une rencontre individuelle en amont des ateliers. Ces rencontres permettent de mieux connaître la santé mentale, les enjeux reliés au vieillissement et leur rôle dans la relation.

Bullet Journal comme outil de rétablissement

Le bullet journal est un outil de développement personnel, d'organisation et d'autogestion, alliant pleine conscience et productivité, il s'inscrit parfaitement dans les valeurs du rétablissement. Angie, paire aidante famille à l'AQPAMM, ayant un vécu à la fois personnel d'enjeux de santé mentale et de proche aidante, en tant que membre de la famille, viendra partager cet outil personnel d'autosoin dans le cadre de cet atelier.



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!](#)