



La santé mentale, *Ça compte !*

*Une publication de l'Association canadienne pour la santé mentale
Filiale Champlain Est*

Édition automne /hiver 2011

La maladie mentale à visage découvert



Pendant bien trop longtemps, les Canadiens souffrant d'une maladie mentale sont restés dans l'ombre. De plus, le fardeau sociétal de la maladie mentale est méconnu du public, et trop peu de malades demandent l'aide dont ils auraient besoin. Les objectifs de la Semaine de sensibilisation aux maladies mentales consistent à accroître la sensibilisation sur la fréquence de la maladie mentale au Canada, combattre les préjugés défavorables sur la maladie mentale qui ont cours dans le grand public et parmi les professionnels de la santé, et promouvoir les bienfaits des pratiques exemplaires en prévention, diagnostic et traitement médical.

La Semaine de sensibilisation aux maladies mentales (SSMM) est une campagne d'éducation publique annuelle pancanadienne qui a pour objectif d'ouvrir les yeux des Canadiens sur la réalité de la maladie mentale. Inaugurée en 1992 sous l'égide de l'Association des psychiatres du Canada, la semaine est désormais coordonnée par l'Alliance canadienne pour la maladie mentale et la santé mentale (ACMMSM) de concert avec ses organisations membres et de nombreux autres collaborateurs dans tout le Canada.

Les principaux éléments de la campagne sont une initiative d'éducation publique de vaste diffusion, des affiches et des signets distribués dans tout le pays et le dîner annuel de remise des prix aux champions de la santé mentale qui se tiendra à Ottawa ainsi qu'un projet éducatif que nous entreprenons de concert avec les députés fédéraux, à la fois dans leur circonscription respective et sur la Colline du Parlement.



**Semaine de sensibilisation
aux maladies mentales**

2-8 octobre, 2011

À l'intérieur

- P. 2 À propos de la filiale**
- P. 3 Promotion de la santé mentale**
- P. 4 Visages de la SSMM**
- P. 5 Premières nations: à propos du bien-être**
- P. 6 Merci de me faire confiance, ça me donne des ailes!**
- P. 7 Ressources**
- P. 8 Tournoi de golf Subway**
- P. 9 Marche Éclairer le chemin**
- P. 10 Évènements à venir dans S.D. & G.**
- P. 11 Évènements à venir dans Prescott et Russel**

INFORMATION SUR LA FILIALE

Énoncé de Mission: L'ACSM entend travailler de concert avec les personnes et leur famille au sein de la communauté en vue de favoriser l'acquisition et le maintien de la santé mentale de tous les citoyens.

Programmes et Services

- Soutien communautaire-Gestion de cas
- Soutien au logement
- Soutien à la cour
- Programme de déjudiciarisation
- Soutien à la famille
- Groupe d'entraide par les pairs
- Programme de transport
- Centres de ressources
- Cuisines collectives
- Focus sur la Forme
- Promotion de la santé mentale
- Programme de bénévolat
- Levées de fonds
- Soutien à l'emploi

Conseil d'administration 2011—2012

Comité de direction

Président: Ron Graham
Vice-présidente: Janie Myner
Trésorier: Terry Dubé
Ancien Président: Roger Villeneuve

Directeur général

Michael Lloyd

Membres du Conseil

Bill Fielding
Martin Kaufman
Christine Marion-Brisson
Dan O'Reilly
Phil Poirier
Elise Van Schaik

La santé mentale ça compte!

Le bulletin est publié par la filiale Champlain Est de l'Association canadienne pour la santé mentale.

Équipe de rédaction: Mallory Boileau et Joanne Ledoux-Moshonas.

Merci à l'équipe d'adjointes administratives de la filiale pour leur contribution.

Pour nous rejoindre : ACSM, Champlain Est

329, rue Pitt

Cornwall, ON K6J 3R1

Tél.: (613) 933-5845; 1-800-493-8271

Télec.: (613) 936-2323

444, rue McGill

Hawkesbury, ON K6A 1R2

(613) 632-4924

(613) 632-6522

Site internet: www.acsm-est.on.ca

Veillez visiter notre site internet pour obtenir de plus amples renseignements sur nos programmes, nos services et d'autres sujets relatifs à la santé mentale.

Rapport de la Promotion de la santé mentale



*Joanne Ledoux-Moshonas
Gestionnaire,
Promotion de la santé mentale*

Le programme de promotion de la santé mentale de l'ACSM, Champlain Est, coordonne et anime des activités éducatives auprès de la communauté. Elles sont conçues dans le but d'éduquer et d'améliorer les attitudes de la population face à la maladie mentale, de favoriser la santé mentale et de prévenir la maladie mentale.

Cette année, nous avons très bien réussi à atteindre les nombreux objectifs établis dans notre plan opérationnel 2010—2011. Nos activités ciblent principalement les élèves du secondaire, à qui nous offrons le programme « Parlons de la maladie mentale ». Celui-ci vise à dissiper les mythes courants concernant les maladies mentales et les personnes atteintes d'une maladie mentale.

Un total de 211 exposés ont été faits à l'intérieur des cinq comtés, rejoignant un total combiné de 4 766 élèves. À la suite de ces exposés, 39 interventions ont eu lieu auprès d'élèves qui ont reconnu qu'ils étaient aux prises avec un problème de santé mentale ou bien un de leurs amis ou un membre de leur famille. Sans les contributions de nos bailleurs de fonds, ces étudiants n'auraient pas été mis en contact avec quelqu'un qui pourrait les aider avec leurs difficultés. Nous savons que les initiatives de Promotion de la santé mentale sauvent des vies.

Nous avons aussi présenté 68 exposés sur divers sujets liés à la maladie mentale et aux bonnes pratiques de santé mentale. En tout, 1 289 membres de la communauté des cinq comtés y ont assisté. Nous avons donné trois séances de formation appliquée en techniques d'intervention en matière de suicide (ASIST) à des professionnels ou groupes de la communauté, soit à 72 personnes en tout.

En 2008, le Bureau de santé de l'Est de l'Ontario a publié son rapport de blessures pour l'Est de l'Ontario. On y a démontré que c'est le suicide qui cause le plus de mortalité et le plus de blessures intentionnelles, toutes populations confondues, tant chez les hommes que chez les femmes.

En 2010, l'ACSM et le BSEO ont formé un partenariat pour se pencher sur ce problème. Ils ont tenu deux forums avec les agences partenaires dans S.D.G. et Prescott et Russell. En septembre, 80 partenaires communautaires et individus intéressés ont assisté à une conférence ayant pour thème « La prévention du suicide dans notre région ». Plus de 25 partenaires ont exprimés l'intérêt de participer à une plus grande coalition. Les Fonds pour les communautés en santé nous garantissent le financement pour embaucher un consultant pour développer un plan stratégique pour les 3 prochaines années.

La Coalition de prévention du suicide comprend un Comité de gouvernance et trois groupes de travail dans les domaines de la prévention du suicide, de mesures d'intervention et de postvention. Notre engagement consiste à trouver des moyens de minimiser les conséquences néfastes liées au suicide.

Je tiens à remercier nos bailleurs de fonds, notamment Centraide de S.D.G., Centraide de Prescott et Russell, la franchise Subway (Pascal, Jacques et Christian Brunet, propriétaires), nos commanditaires corporatifs de levées de fonds et les bénévoles qui nous permettent d'offrir cette promotion de la santé mentale dans nos communautés locales et, par conséquent, de réduire l'incidence sociale de la maladie mentale.

La maladie mentale à visage découvert

Face-à-face avec **Harmony Brown**



Harmony Brown

Harmony est une oratrice, elle défend la cause de la santé mentale et travaille pour un organisme de logement sans but lucratif de Toronto, en Ontario. Ses problèmes de santé mentale ont commencé alors qu'elle était enfant mais ce n'est qu'à 31 ans, après le décès de son père en raison d'une maladie mentale, qu'Harmony a été diagnostiquée comme souffrant d'un trouble dépressif majeur et d'un état de stress post-traumatique. Deux ans après le rétablissement d'Harmony, son plus jeune frère s'est également suicidé. Ces deuils l'ont poussée à partager son expérience. En tant que bénévole avec Mood Disorders Association of Ontario, elle a participé au développement d'un partenariat avec le Toronto Catholic District School Board qui sensibilise des milliers d'étudiants, de parents et de membres du personnel concernant les troubles de l'humeur, la stigmatisation et l'intervention. Elle diffuse également ces messages par le biais de sa propre entreprise, Phoenix Rising. Harmony attribue son rétablissement à un diagnostic exact, un bon psychologue, le soutien de ses amis, ses activités de bénévole, sa foi et sa résistance. Harmony est le parfait exemple d'une personne qui travaille dur chaque jour pour combattre la stigmatisation associée à la maladie mentale. Pour Harmony, **Le rétablissement est possible.**

Source: <http://www.miaaw.ca/fr/campaign/faces/harmony.aspx>

Face-à-face avec **Jeremy Bennett**



Jeremy Bennett

Jeremy est un auteur, un orateur professionnel et une personnalité du petit écran originaire de Saint-Jean de Terre-Neuve. Jeremy a surmonté ses problèmes d'anxiété et son trouble obsessionnel-compulsif (TOC) et fait preuve de passion lorsqu'il s'agit de tendre la main à ceux qui luttent encore contre ces maladies. Il voyage fréquemment pour présenter au public son premier livre « The Power of the Mind: How I Beat OCD ». Son second livre, « Smile, You're Perfect », est en cours d'écriture et apprendra aux gens comment s'accepter véritablement. Outre son travail d'écrivain, Jeremy continue de partager ses connaissances sur les signes et symptômes du TOC afin que les personnes atteintes de ce trouble puissent être reconnues et aidées. Jeremy attribue son rétablissement au fait qu'il a accepté sa maladie et fait appel à un soutien professionnel. Il est persuadé que l'expérience apportée par son TOC l'a aidé à grandir en tant qu'individu et à mieux apprécier la vie. Jeremy a trouvé la joie et l'épanouissement en partageant le chemin qu'il a parcouru pour se rétablir, et il continue d'inspirer les autres en remettant en question les barrières et en atténuant la stigmatisation. Pour Jeremy, **Le rétablissement est possible.**

Source: <http://www.miaaw.ca/fr/campaign/faces/jeremy.aspx>

Premières nations: à propos du bien-être

Dans plusieurs collectivités des Premières nations, une bonne santé était et est encore souvent le résultat d'un équilibre de la totalité de l'être, «intelligence, corps et esprit».

La santé mentale n'est qu'une composante d'un réseau complexe du tissu généalogique des peuples autochtones. Pour les Premières nations, l'histoire, la culture, les traditions, la spiritualité et l'identité sont autant d'éléments essentiels au bien-être et à une bonne santé mentale. Sans ces fondements essentiels, le bien-être et la bonne santé ne peuvent être atteints. (Source : ONSA)

Par le biais d'un dialogue et d'une consultation étendus, le Comité consultatif en santé mentale a aidé à élaborer une définition du bien-être mental qui est accepté par les Premières nations. Le bien-être mental est décrit comme étant : « le parcours d'une vie pour atteindre le bien-être et l'équilibre du corps, de l'intelligence et de l'esprit. Le bien-être mental comprend l'estime de soi, la dignité personnelle, l'identité culturelle et la connectivité en présence d'un bien-être harmonieux du physique, de l'émotionnel, du mental et du spirituel. Le bien-être mental doit être défini en fonction des valeurs et croyances des Inuits et des Premières nations. » (Source: Cadre de travail sur le bien-être mental, Comité consultatif sur le bien-être mental, 2002)

Le Comité consultatif en santé mentale a aidé à développer une vision large du bien-être mental pour les Premières nations et les Inuits. Cette vision est la suivante : « Les Premières nations et les Inuits envisagent l'atteinte de la santé dans sa totalité (bien-être physique, mental, émotionnel, spirituel, social et économique) par le biais d'une approche approfondie et coordonnée qui respecte, valorise et utilise les connaissances, méthodologies, langues et façons de connaître traditionnelles ».

Roue de la médecine

Le chiffre quatre est profondément sacré pour les Premières nations. La roue de la médecine est un ancien symbole abstrait autochtone qui représente « le caractère sacré du quatre ». Il est utilisé par plusieurs Premières nations et métis comme étant un symbole de la vie, de la santé et des valeurs d'un individu, d'une collectivité ou d'une nation. On croit généralement qu'il est venu des cultures indigènes des grandes plaines, mais il est utilisé par de nombreuses cultures différentes à travers l'Amérique du Nord. Cependant, il n'est pas utilisé dans toutes les traditions de toutes les Premières nations et tous les Métis. Il ne s'agit pas d'un concept inuit et n'est utilisé d'aucune façon dans les pratiques culturelles des Inuits.

Chaque nation possède ses propres concepts, relations et enseignements au sujet de la roue de la médecine, mais à titre d'exemple, voici quelques renseignements sur la roue de la médecine d'un point de vue Ojibway (ou Anishinaabe).

Comment le chiffre quatre fonctionne-t-il pour la roue de la médecine?

Habituellement, quatre rayons forment quatre quadrants dans la roue. Les quatre quadrants peuvent représenter plusieurs idées ou concepts différents ainsi que leur relation avec les autres, l'univers et l'individu, telle que :



- Les quatre directions;
- Les quatre saisons;
- Les quatre parties d'une personne : le mental (intellect), le physique (corps), le spirituel et l'émotionnel;
- Les quatre stades de la vie : l'enfance, la jeunesse, l'âge adulte et la vieillesse;
- Les quatre couleurs distinctes qui ont aussi des significations symboliques.

Il y a également quatre **remèdes** sacrés qui représentent chaque couleur et direction du vent :

1. **Wiingashk (foin d'odeur)** représente les cheveux de la Terre Mère, elle est donc souvent tressée. Il est reconnu pour son odeur agréable quand les gens s'en servent pour se purifier. Ils allument alors un bout de la tresse, qui produit une fumée servant à purifier.
2. **Semma (tabac)** sert à offrir des prières au Feu sacré où on fait brûler le Semma et des paquets de tabac. Le Semma est aussi utilisé dans les Pipes sacrées.
3. **Keezhik (cèdre)** est débarrassé des branches et sert à faire de la fumée. Le Keezhik est aussi très utile pour se purifier et aide à éliminer l'énergie négative.
4. **Shkodawabuk (saugue)** sert également pour la fumée. La sauge et le cèdre sont des produits médicinaux pour les femmes. Ce sont les seuls produits que les femmes sur leur lune peuvent utiliser pour la fumée.

Source: <http://www.miaw.ca/fr/wellness/first-nations.aspx>

Merci de me faire confiance, ça me donne des ailes!

(Source: www.cmha.ca)

« La confiance se gagne en gouttes et se perd en litres »

— Jean-Paul Sartre

La confiance est une évaluation réaliste et ponctuelle qui nous permet de croire que nous avons les ressources nécessaires pour affronter une situation particulière. Tout au long de la vie on peut se créer des îlots de confiance à travers les expériences et les personnes rencontrées.

La confiance est motivante, elle contribue à l'épanouissement de celui ou celle qui la reçoit, d'où notre slogan « Merci de me faire confiance, ça me donne des ailes ». La confiance agit comme un tremplin qui nous donne la force et la liberté d'agir et de voler de nos propres ailes.

La confiance fluctue dans le temps. Elle peut être ébranlée lors d'une perte d'emploi, d'un processus migratoire, d'une peine d'amour, d'une rumeur lancée sur Internet, de la lecture d'une revue, de journaux, etc. Nous pouvons parfois en manquer ou la voir diminuer. Mais cela signifie aussi qu'on peut la retrouver et la rebâtir.

De même que **la confiance est un trésor que nous recevons et dont nous devons prendre soin**, à notre tour nous devons donner la nôtre avec discernement et considération. La confiance passe par l'écoute, le soutien et la compassion. Elle se crée dans le lien et la communication.

Comme la confiance est pour les individus une ressource aussi importante que l'eau, on se doit collectivement d'être attentif aux messages que nous véhiculons.

 **Mental Illness
Awareness Week**
October 2-8, 2011

**Semaine de sensibilisation
aux maladies mentales**
2-8 octobre 2011

**Recovery is Possible.
Le rétablissement est possible.**



Bell

**FLEISHMAN
HILLARD**

Lilly

janssen

 **Bristol-Myers Squibb**

Coordinated by/Coordonnée par
ORGANISME ALGERIEN
DE SENSIBILISATION
AUX MALADIES MENTALES
AND MENTAL HEALTH
 **ALGERIEN ASSOCIATION
POUR LA SENSIBILISATION
ET LA SANTE MENTALE**

Ne continuez pas à souffrir en silence... l'aide est disponible !

Dans de nombreux cas, les personnes atteintes d'une maladie mentale refusent ou bien d'admettre qu'elles sont malades ou bien de demander de l'aide à cause des préjugés entretenus à l'égard des maladies mentales. En savoir davantage sur la maladie mentale peut nous permettre d'offrir de l'aide au moment opportun ou de dépister les premiers signes de la maladie qui peut frapper n'importe qui, peu importe son âge, ses moyens, sa race ou son sexe.

Voici quelques symptômes courants d'une maladie mentale : *changement marqué de la personnalité, incapacité de composer avec les problèmes et les tâches quotidiennes, idées étranges ou délirantes, angoisse excessive, sentiment de tristesse persistant, perturbation notable des habitudes alimentaires ou de sommeil, pensées ou propos suicidaires, cycles de joie intense et de tristesse profonde, abus d'alcool ou de drogues, colère exagérée, agressivité, comportement violent, craintes injustifiées.*

Pour plus d'information, visitez notre site web au www.acsm-est.on.ca



Ligne de crise

Si vous ou une personne que vous connaissez êtes en situation de crise, appelez sans frais, jour et nuit.



1-877-377-7775



1-866-996-0991



Vous cherchez de l'aide en santé mentale dans votre communauté?




Composez le 211


www.211ontario.ca



Quand tu ne sais pas
vers qui te tourner.™

.....
Le 211 bénéficie de l'appui de Centraide Canada, du
gouvernement de l'Ontario et du gouvernement du Canada.



CANADIAN MENTAL
HEALTH ASSOCIATION
L'ASSOCIATION CANADIENNE
POUR LA SANTÉ MENTALE

Tournoi de golf 2011



La franchise **Subway** (Hawkesbury (2), Embrun, Casselman, Alfred, Rockland (2)) a parrainé son 6^{ième} tournoi de golf vendredi le 8 juillet 2011 au club de golf La Nation à Curran.

En tout, 44 000\$ ont été recueillis et nous voulons remercier les nombreux invités, commanditaires et donateurs de prix qui ont assuré le succès de cet évènement. Les fonds recueillis aideront à financer des activités d'éducation publique dans les comtés de Prescott et Russell.

De gauche à droite: Jacques Brunet (Propriétaire, franchise Subway), Joanne Ledoux-Moshonas (Gestionnaire, Promotion de la santé mentale, ACSM), Christian Brunet (Propriétaire, franchise Subway), Pascal Brunet (Propriétaire, franchise Subway), Michael Lloyd (Directeur général, ACSM).

Commanditaire majeur The M.A. Teall Foundation



Prochain tournoi:
Le vendredi 6 juillet, 2012

Supers commanditaires

Subway (Rockland (2), Embrun, Casselman, Hawkesbury (2), Alfred)
Bank of Montreal
Pay Fines
Desjardins Caisse populaire Trillium
Banque Nationale ajouter (Martin Lacroix)
Le Genesis
Club Lions (Clarence Creek)
Dr. Luc et Lydia Rochon
Astra Zeneca

Résidence L'Érablière – Limoges
Subway Brunet
Coca-Cola
Nérée Lavictoire Roofing & Siding
Pascal et Gisèle Brunet
Jacques et Hélène Brunet
Cora
Sébastien J. Hotte Medicine Professional Corporation
Café de Joël - Rockland

Grands commanditaires

Gestion Adélard Hotte
Jaguar (Ottawa)
La Maison d'Or
Michel Potvin assurances et services financiers
Pharmacie Jean Coutu
Sure Print & Graphics (Orléans)
Dr André et Lorraine Gauthier
Ottawa Bluesfest
Éric Landriault- avocat (Embrun-Ottawa)
Julie et Dr Denis Charet
Soucy Ford (Rockland)
Burnbrae Farms
Fruits & Passion (Orléans et St. Laurent)
Domaine Perrault

Commanditaires

Larry et Micheline Harvey
Services DER - Rockland
Action Plus Physio
Alternas Savings
Day-View Electric Inc.
Dr Nicholas Sheshko
Dr Michel Lamoureux
Dust Evans Grandmaitre

Maize siding & Eavestrouthing
Sysco
Marcel Lavallée
The Chimo Hotel
Romantik Fireplaces & BBQs- (Orléans)
Corbeil Appliances – Pinecrest Shopping Centre

Imagerie Médicale Embrun-Casselman
Dr Julie Lockman (Embrun)
Medical Arts (Ottawa)
Dr Jean-Éric Dupuis (Moose Creek)
Caisse populaire d'Alfred
Caesar's Plumbing

Coopérative Hydro Embrun
Jean Martel - avocat/notaire (Embrun)
Meubles Maheu Furniture (Embrun)
O'Connors Associates
Sofina Foods
Sunshine Snow Service



Éclairer le chemin!
Marche et concert
en souvenir de Karen McBain



De gauche à droite, les organisateurs de l'événement :
Kevin McBain, Melanie McBain et Emily McBain.



La **famille McBain** a tenu sa deuxième activité de financement annuelle « Marche et concert » le samedi 9 juillet 2011, au parc Lamoureux de Cornwall, en Ontario. Cet événement a été organisé en souvenir de madame McBain (mère), décédée en 2006; elle souffrait de schizophrénie, cette maladie mentale incomprise. La famille souhaite ainsi jeter de la lumière sur les troubles mentaux pour que les gens qui en sont atteints ne vivent pas dans la honte et puissent demander de l'aide et se faire traiter.

L'événement a permis de recueillir la somme totale de 10 000 dollars. La famille remercie les nombreux marcheurs, donateurs de fonds, parrains et donateurs des prix qui ont rendu cet événement possible. Les dons serviront à appuyer des initiatives de promotion de la santé mentale dans Stormont, Dundas et Glengarry.

Merci à nos commanditaires!

Commanditaire principal

Laplough Cutlery

Commanditaire or

Variety 104.5

General Electryk

Commanditaire bronze

Sunrise Rotary Club of Cornwall

Astro Printing

Heenan Blaikie

Sentier des commanditaires

Algonquin Travel

André Poirier

Cameron Networks

Craig Keen Despatie Markell Chartered Accountants

Creative Body Casting

Eldon Horner

Hope Holdings Ltd.

Jtec Distributions

OT Group

Place Dominion Place



**Semaine de sensibilisation
aux maladies mentales**

FAIT . Près de six millions de Canadiens, soit **un sur cinq**
seront confrontés par une maladie mentale

Événements à venir




STORMONT, DUNDAS ET GLENGARRY

Sessions offertes aux clients de l'ACSM

Rencontre de groupe d'entraide par les pairs

Mercredi 13h30 - 15h30
Salle de conférence de l'ACSM
329 rue Pitt, Cornwall

Focus sur la Forme

Mardis de 10h30 à 12h00
Centre Starbright (Cornwall) 

Programme de soutien à la famille

Premier lundi de chaque mois à Cornwall
18h00 à 19h30
Pour information et inscription
Téléphonez James Joyce au 613-527-3413

"Concurrent Disorder Support and Education Group for Family Members" (en anglais)

Session de 12 semaines débutant le 6 septembre, 2011
Salle de conférence de l'ACSM
329 rue Pitt, Cornwall 18h00 à 20h00

"Solutions à la colère" (en anglais)

Session de 10 semaines
débutant le 12 septembre, 2011, de 13h30 à 15h30
Nous acceptons les inscriptions dès maintenant
ACSM bureau de Cornwall, 329 rue Pitt

Estime de soi (en anglais)

Session de 10 semaines débutant le 10 janvier, 2012
10h00 - 12h00
Nous acceptons les inscriptions dès maintenant
ACSM bureau de Cornwall, 329 rue Pitt

Plan d'action de rétablissement de la famille (FRAP en anglais)

Jeudi 18h00 – 20h30
Du 12 janvier au 1er mars 2012
Salle de conférence de l'ACSM, 329 rue Pitt, Cornwall
Pour les aidants naturels soutenant un membre de leur famille qui lutte avec des problèmes de santé mentale. Nous explorons la dynamique familiale comme un tout et des façons de prendre soins de soi, de rétablir le mieux-être et l'autodétermination au sein de tous les membres de la famille.

Sessions pour le grand public

SD&G Youth Coalition Conference Atelier—Prévention du suicide (anglais)

26 octobre, 2011
Pour information & inscription
téléphonez Joanne poste 223

Marchons pour la semaine de sensibilisation aux maladies mentales!

Jeudi 6 octobre, 2011 à Cornwall
11h00-13h00
343 rue Pitt (Centre
Starbright)
Un dîner léger sera
servi après.

 Semaine de sensibilisation
aux maladies mentales
2 au 8 octobre

**Pour de plus amples renseignements au sujet de nos programmes ou
des événements à venir, veuillez svp composer le 613-933-5845.**

Événements à venir



PRESCOTT ET RUSSELL

Sessions offertes aux clients de l'ACSM

Cuistôts (cuisine collective)

À tous les deux jeudis

9h30-11h30 (pour les membres des cuistôts)

Endroit : Centre Oasis (Hawkesbury)

Focus sur la forme

Hawkesbury: 613-632-6463

Casselman: 613- 764-0654



Programme pour enfants

Groupe français

Acceptons inscriptions au bureau de l'ACSM,
444 rue McGill, Hawkesbury (sous-sol)

Pour information, Caroline poste 410

Groupe de soutien et d'éducation pour les familles (en français)

Formation de 12 semaines
débutant à l'automne 2011

Acceptons inscriptions au bureau de l'ACSM,
444 rue McGill, Hawkesbury (sous-sol)

"Solutions à la colère" (en français)

Session de 10 semaines débutant automne 2011

Nous acceptons les inscriptions dès maintenant au bureau de l'A.C.S.M., 444 rue McGill, Hawkesbury
(au sous-sol) Pour information, Caroline poste 410 ou France poste 425

Sessions pour le grand public

Conférence: Partenariat d'agences communautaires La prévention du suicide auprès des jeunes

Le 10 novembre, 2011

Pour information, communiquez avec Josée au 613-632-4924, poste 409

Marchons pour la semaine de sensibilisation aux maladies mentales !

11h00-13h00

Mercredi le 5 octobre 2011 à Hawkesbury

21 rue Nelson (Centre Oasis)

Un dîner léger sera servi après.

Jeudi le 6 octobre, 2011 à Casselman

721 rue Principale (Centre Horizon)

Un dîner léger sera servi après.



**Semaine de sensibilisation
aux maladies mentales**

2 - 8 octobre, 2011

**Pour de plus amples renseignements au sujet de nos programmes ou
des événements à venir, veuillez svp composer le 613-632-4924.**

UN CANADIEN SUR CINQ EST AFFECTÉ PAR LA MALADIE MENTALE



ENSEMBLE NOUS POUVONS METTRE FIN À LA STIGMATISATION

www.miaaw-ssmm.ca



Semaine de sensibilisation
aux maladies mentales
2-8 octobre 2011

Mental Illness
Awareness Week
October 2-8, 2011

CANADIAN ALLIANCE
ON MENTAL ILLNESS
AND MENTAL HEALTH



ALLIANCE CANADIENNE
POUR LA MALADIE MENTALE
ET LA SANTÉ MENTALE



**FLEISHMAN
INTERNATIONAL COMMUNICATIONS
HILLARD**

janssen 

Lilly

