



FRIENDS FOR
MENTAL HEALTH
AMIS DE LA
SANTÉ MENTALE

Amis de la Santé Mentale

Épauler les familles, soutenir les proches

Notre mission est d'offrir du soutien et d'autres ressources aux membres de l'entourage d'une personne atteinte d'un trouble de santé mentale.

SERVICES ET PROGRAMMES

Conseils

- Counseling individuel et de groupe pour aider à soutenir les membres de la famille, les amis et/ou les proches aidants d'une personne qui a ou n'a pas été diagnostiquée avec un trouble de la santé mentale.
- Soutien par téléphone et/ou par Zoom.
- Information et soutien concernant les demandes d'évaluation psychiatrique issues d'une ordonnance du tribunal

Formations

- Cyberdépendance et santé mentale : formation de 4 sessions qui vise à démystifier la cyberdépendance et à mieux comprendre ses enjeux sur la personne touchée et son entourage.
- Trouble bipolaire : ce programme psychoéducatif de 5 semaines sur le trouble bipolaire a été conçu pour aider les familles dont un proche souffre du trouble.
- Ateliers d'expression créative facilités par un art-thérapeute où les individus peuvent exprimer leurs idées visuellement ou verbalement.
- Plusieurs formations sur la schizophrénie, le trouble de la personnalité trouble limite, l'anxiété, etc.

Groupes de soutien

- Groupes de soutien pour le trouble bipolaire et la psychose, le trouble de la personnalité limite, l'anxiété et la dépression.
- Groupes de soutien pour les hommes et pour les grands-parents.

Répît

- Nous offrons plusieurs activités de répît, incluant : souper de Noël, soirées cinéma et autres activités sociales et créatives.

Programme jeunesse

- Counseling individuel pour les jeunes en ligne ou en présentiel.
- Camp Amis : camp de sensibilisation de 4 jours visant à réunir des enfants de 7 à 12 ans dont un ou plusieurs parents vivent avec un trouble de santé mentale.
- Groupe de rencontre en ligne pour les jeunes : offrez un groupe de counseling aux jeunes dont un parent ou un frère ou une sœur est atteint d'une maladie mentale.

186 Sutton Pl, Beaconsfield, QC, H9W 5S3
514-636-6885 | info@asmfmh.org | www.asmfmh.org

Pour obtenir de l'information sur les autres ressources, communiquez avec le Centre de Ressources Communautaires de l'Ouest-de-l'Île (CRC) au 514-694-6404.





**FRIENDS FOR
MENTAL HEALTH**
**AMIS DE LA
SANTÉ MENTALE**

Friends for Mental Health

Strengthening families, supporting caregivers

To offer support and other resources to those close to a person with a mental health issue.

SERVICES & PROGRAMS

Counseling

- Individual and group counseling to help support family members, friends, and/or caregivers of someone who has or has not been diagnosed with a mental health disorder.
- Phone and Zoom support available.
- Information and support regarding court ordered psychiatric assessments.

Training

- A 4-session training course that works on demystifying cyber addiction and better understand its stakes on the person affected and those around them.
- A 5-week bipolar disorder psychoeducational program designed to help families with loved ones suffering from the disorder.
- Creative expression workshops facilitated by an art therapist where individuals can express their thoughts both visually and verbally.
- Various workshops concerning schizophrenia, BPD, anxiety, and more.

Support groups

- Support groups for bipolar disorder & psychosis, BPD, anxiety and depression.
- Support groups for men and for grandparents who care for a loved one with a mental illness.

Respite

- Respite activities include christmas dinner, movie nights, other social and creative activities.

Youth Program

- Individual counseling sessions for young people offered online or face-to-face.
- Friends Camp: A 4-day awareness camp to bring children aged 7-12 together with one or more parents living with a mental health disorder.
- Youth Online Meet-Up Group: A counseling group for youth who have a parent or sibling with a mental illness.

186 Sutton Pl, Beaconsfield, QC, H9W 5S3
514-636-6885 | info@asmfmh.org | www.asmfmh.org

For other resources contact the West Island Community Resource Centre (CRC) at 514-694-6404

