

Semaine de la santé mentale 2017



De nouvelles voies
pour les femmes
depuis 1875

Événements de sensibilisation

ATELIER-CONFÉRENCE

PRÉSERVER SON ÉQUILIBRE QUAND UN PROCHE SOUFFRE

AVEC VALÉRIE FORTIER, INTERVENANTE PSYCHOSOCIALE
et Ève Cardinal, chroniqueuse en santé mentale

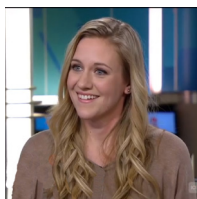
Le jeudi 4 mai de 9h30 à midi

Boissons et viennoiseries servies à compter de 9h

Conférence destinée au grand public

Interagir avec un proche en difficulté peut menacer le bien-être et l'équilibre personnel. Cet atelier-conférence met l'emphase sur l'importance de reconnaître les signes d'épuisement émotionnel, ainsi que de connaître et de mettre ses limites dans ses relations à l'autre.

L'événement inclut un volet « partage d'expérience » avec une femme, Ève Cardinal, ayant aidé des proches souffrant de problèmes de santé mentale et qui a trouvé des moyens pour les aider tout en mettant ses limites.



Valérie Fortier Intervenante psychosociale spécialisée en trouble de la personnalité limite et de ses impacts sur les familles, Valérie offre des ateliers et des formations sur la proche-aidance, la santé mentale et l'équilibre psychologique.



Ève Cardinal se spécialise en communications et s'intéresse à la prévention et la sensibilisation de la santé mentale. Chroniqueuse à l'émission Folie Douce à Radio Centre-ville, elle est aussi chargée de projets à la Fondation du Y des femmes.

RSVP
514 866-9941, poste 225 ou
communications@ydesfemmesmtl.org

Salle Holden-Fisher
Y des femmes de Montréal
1355, boul. René-Lévesque O.
Métro Lucien-L'Allier ou Guy-Concordia