

Nouveau groupe à l'automne 2015

«Mieux vivre avec les voix»

En octobre prochain débutera un nouveau groupe pour les personnes de la région de Montmagny qui sont aux prises avec des voix ou toutes autres perceptions sensorielles interférant avec leur quotidien. Ce groupe fermé à l'automne aux participants qui seront référés par le biais d'intervenants, sera ouvert à la population lors d'une prochaine session. Les rencontres se dérouleront dans les locaux du Trait d'Union à partir du mardi 13 octobre, puis tous les lundis suivants de 17h00 à 19h30 pour une durée de 10 rencontres. Le groupe sera animé conjointement par Mme Chantal Bélanger, intervenante du Trait d'Union et Mme Hélène Plante, ergothérapeute du CISSS-CA, toutes deux ont reçu la formation par le biais de l'organisme *Le Pavois*.

Cette nouvelle approche basée sur plus de 20 ans d'expérimentation est axée vers les forces de chacun et sur leur rétablissement. Elle vise également à offrir un lieu d'échange respectueux et sécurisant, à favoriser l'entraide et la réappropriation du pouvoir de chacun sur sa vie en vivant mieux avec ses voix. La personne est amenée à développer une structure de pensée personnelle face à ses voix, à identifier et à expérimenter des stratégies pour mieux composer avec elles et ainsi l'aider à réaliser son projet de vie, par l'intermédiaire du programme d'animation, des exercices et des témoignages.

Ce groupe s'adresse à toute personne qui vit le phénomène des voix sans égard d'un diagnostic psychiatrique précis et particulièrement, à chaque personne :

- Qui a perdu espoir de mieux vivre avec ses voix;
- Qui ne désire plus demeurer seule, isolée et sans appui par rapport à son vécu d'entendeur de voix;
- Qui désire explorer le phénomène des voix sous un autre angle que celui lié uniquement aux symptômes de la «maladie mentale»;
- Pour qui le phénomène des voix a pris une place prépondérante dans sa vie;
- Pour qui les voix entravent l'accomplissement des activités de la vie quotidienne ainsi que la réalisation de projets de vie significatifs;
- Pour qui les voix sont considérées comme ayant un pouvoir supérieur à leur propre individualité;
- Pour qui le phénomène des voix suscite des émotions de détresse, de peur, de tristesse, d'anxiété, de colère, de culpabilité et qui consomment l'énergie de l'action, de la vitalité et plus spécifiquement celle du rétablissement;
- Qui ressent le besoin de partager son vécu en groupe librement et sans jugement;
- Qui désire entreprendre une démarche active d'appropriation du pouvoir portant sur la gestion de ses voix;
- Qui souhaite partager son expérience personnelle d'entendeur de voix pour enrichir celle des autres.

Avant l'intégration au groupe, chaque personne sera rencontrée individuellement et ces rencontres auront lieu en septembre prochain. Vous pouvez dès maintenant vous inscrire et n'hésitez pas à communiquer avec les animatrices pour plus d'information.

Mme Chantal Bélanger intervenante au Trait d'Union au 418-248-4948 ou Mme Hélène Plante au 418-248-0630 poste 2238.