

1090, rue Lafontaine, Drummondville (Québec) J2B 1M9

Téléphone : 819 478-1216

Télécopieur : 819 478-5799

Courriel : apamedr@cogable.ca

Site Web : www.apamedrummondville.org

C'est la rentrée... Comment je me situe comme proche aidant ?

L'histoire des tailleurs de pierre

Une petite anecdote du Moyen-Âge a traversé le TEMPS...

Voici donc l'histoire de trois tailleurs de pierre... L'incident se passe vers 1163... début du grand projet de construction de la cathédrale Notre-Dame-de-Paris. Un nouvel arrivant à Paris entend un bruit régulier, comme quelqu'un qui frappe sans arrêt sur un objet dur. Il suit le bruit et découvre un grand chantier sur lequel des hommes travaillent... Son regard se promène et s'arrête sur trois tailleurs de pierre, lesquels s'activent au même rythme avec les mêmes outils... ils font rigoureusement la même chose.

Le premier a l'air vraiment malheureux.

Le deuxième ne semble ni heureux ni malheureux. Quant au troisième lui, il a l'air franchement heureux.

Intrigué par l'attitude des trois hommes, le « passant » décide de voir la situation de plus près. Il se dirige d'abord vers le premier qui travaille dur à équarrir un morceau de pierre. Il lui demande ce qu'il fait. L'air visiblement agacé, l'homme répond en bougonnant : « *Je suis un tailleur de pierre, tu le vois bien ce que je fais, je taille des pierres ! Je taille des pierres durant dix heures par jour et je mange de la poussière chaque jour que Dieu fait. J'ai les mains rougies par l'effort, le dos fatigué par ce travail*

épuisant et... je n'ai pas le temps de discuter avec les inconnus qui passent ».

Il s'avance vers le second occupé à la même tâche et lui pose la même question. Celui-ci se redresse lentement, répond aimablement mais sur un ton neutre : « *Je taille des pierres, je monte des murs pour gagner ma vie, pour nourrir ma famille ».*

Finalement, il interroge de la même manière le troisième. Le visage illuminé par un beau grand sourire, il dit sur un ton enthousiaste : « *Moi, monsieur, je suis tailleur de pierre et je bâtis une CATHÉDRALE !* ».

Dans le grand "chantier de la Vie", nos trois "tailleurs de pierre" s'activent également à l'intérieur de nous. Un imprévu, un moment difficile, une grosse épreuve... et voilà que notre parcours de vie bifurque brusquement dans une tout autre direction que celle rêvée au départ. Notre premier "tailleur de pierres" dit la peine, le désarroi, la détresse, la colère. Le deuxième cherche un sens... il en parle autour de lui, questionne, se cherche de l'aide afin de reprendre pied et d'inscrire l'expérience le plus harmonieusement possible dans le cours de la Vie. Quant au troisième, il transcende l'épreuve en faisant un grand projet de vie... à hauteur de CATHÉDRALE.

Comme proche aidant, quelles activités proposées par l'APAME seraient susceptibles de faire en sorte que mon comportement se rapproche du **tailleur de pierre enthousiaste** qui construit une cathédrale ?

Par Jean-Guy C., Jean-Guy M. et Rachel



On a hâte de vous revoir à la
JOURNÉE
PORTES OUVERTES
(voir dernière page)



Conseil d'administration

KARINE BUSSIÈRE
Administratrice

DIANE CLAVET
Présidente

LUCIE CRÉPEAU
Administratrice

DENIS LALONDE
Trésorier

MICHEL LAROCHE
Administrateur

ODETTE LAVOIE
Vice-présidente

CLAUDETTE RUEST
Secrétaire

L'équipe de l'APAME

Secrétaire-comptable
GUYLAINE MANSEAU

Intervenante
CÉLINE MONDOU

Directeur et animateur
JEAN-GUY MOREAU

L'accueil

Les heures d'ouverture de l'APAME sont :
Du lundi au jeudi de 8 h 30 à 12 h
et de 13 h à 16 h 30
et le vendredi de 8 h 30 à 12 h

Centre de documentation

1090, rue Lafontaine
Drummondville (Québec)
J2B 1M9
Tél. 819 478-1216

À PROPOS DU SOMMEIL ET DE L'INSOMNIE

Pour faire suite à la conférence de Mme Geneviève Belleville dans le cadre de la Semaine de la Santé Mentale à Drummondville :

Conséquences de l'insomnie

Santé mentale

- Perturbation de l'humeur, irritabilité, inquiétudes
- Problèmes cognitifs (concentration, attention)
- Facteur de risque pour la dépression majeure
- Diminution du fonctionnement social
- Moindre plaisir dans les relations interpersonnelles

Santé physique

- Fatigue versus somnolence
- Problèmes de santé fréquents

Coûts sociaux

- Utilisation des services de santé, médicaments
- Absentéisme au travail, moindre productivité
- Accidents de la route

Utilisation adéquate des somnifères

L'utilisation à court terme (quelques semaines ou plus) de médicaments pour dormir peut être appropriée dans certaines situations :

- Insomnie aiguë résultant d'un stress sévère (mort d'un être cher, chirurgie, séparation...)
- Insomnie temporaire causée par un décalage horaire ou par certaines conditions médicales
- Dans certains cas d'insomnie chronique, afin d'aider à briser le cercle vicieux et l'anxiété de performance

Une procédure de sevrage de somnifères doit toujours être réalisée sous la supervision d'un médecin ou pharmacien.

Idéalement la chambre à coucher devrait être l'endroit où l'activité principale est le sommeil.

La restructuration cognitive pour soigner l'insomnie

Buts visés : repérer les pensées dysfonctionnelles envers l'insomnie, envisager d'autres hypothèses, changer les attitudes qui nuisent au sommeil.

Hygiène du sommeil

Caféine : à éviter 4 à 6 heures avant le coucher, attention également aux effets de sevrage.

Nicotine : stimulant.

Alcool : favorise l'endormissement mais provoque des éveils matinaux.

Alimentation : la loi du juste milieu.

Exercice physique : la loi du juste milieu.

Chambre à coucher : propre et confortable.

Température : confortable, plus frais que chaud.

Bruit et lumière : à éliminer.

Céline Mondou

Calendrier des activités de l'APAME

Prendre note que les inscriptions sont obligatoires pour chacune des activités.

Inscrivez-vous maintenant au 819 478-1216.

Activités	Sept.		Oct.		Nov.		Déc.	
	Jour	Heure	Jour	Heure	Jour	Heure	Jour	Heure
Groupes d'entraide								
- Groupe d'entraide pour tous (mardi) avec Céline Mondou	13	19 h	11	19 h	8	19 h	13	19 h
- Groupe de conjoints (tes) (lundi) avec Éric Boulanger	19	19 h	17	19 h	21	19 h	19	19 h
Rencontre de la Boîte à outils pour l'autonomie avec Céline Mondou. La rencontre débute à 19 h et se termine à 20 h 30.								
Mettre des limites ce n'est pas toujours évident et facile !	06	19 h						
Les rencontres de la Boîte à outils, avec Céline Mondou, auront pour thèmes des suggestions reçues. Chaque groupe pouvant comprendre 10 personnes, réservez votre place. Chaque rencontre débute à 13 h 30 et se termine à 15 h.								
	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>
Estime de soi - confiance en soi	21	22						
Pour fixer ses limites avec fermeté, connaître son niveau de tolérance			19	20				
Famille - rôles + responsabilités					16	17		
La résilience							21	22
Groupe d'entraide pour hommes avec Dominique Tardif à Chez-Nous entre hommes , au 255 rue Brock, tous les mercredis à 19 h. S'inscrire directement à Chez-Nous entre hommes en téléphonant au 819 477-0185.								
Votre proche est-il traité justement par le chômage ou l'aide sociale ? Me Jonathan Lamontagne, avocat et expert en matière de défense des droits sociaux des sans-emploi et responsable du Regroupement de défense des droits sociaux de Drummond, fera une présentation intitulée "Pour défendre ses droits, il faut les connaître". L'activité aura lieu le mardi 13 septembre à 14 h dans la salle de conférence de l'APAME.								
Conférence de Madame Julie Grenon Mardi 20 septembre prochain à 19 h au Pavillon Maurice Pitre Grande Salle, au 6455, rue Notre-Dame Ouest à Trois-Rivières. Journaliste à TVA, elle reçoit un diagnostic de trouble bipolaire de type 2 en 2007. Elle se lance le défi d'expliquer concrètement les troubles de santé mentale dans sa conférence « Pour comprendre, il faut apprendre ». Le coût est de 20 \$. Inscription avant le 19 septembre 2011 .								
Témoignages de Gérald et de sa conjointe Karine-Lisa Après avoir reçu un diagnostic de bipolaire, Gérald témoigne : Qu'est-ce qui a été le plus aidant par les personnes de mon entourage ? Qu'est-ce qui a été moins aidant ? Qu'est-ce qui serait souhaitable pour le rétablissement de la personne atteinte ? L'activité est prévue mercredi le 21 septembre à 19 h dans la salle de conférence de l'APAME.								

Calendrier des activités (suite)

Visite de l'Ensoleilvent qui offre de l'hébergement dépannage et du soutien aux personnes vivant des situations précaires au niveau de leurs conditions de vie. La rencontre d'information et la visite sont prévues **le jeudi 29 septembre à 14 h**. Patrick Dionne, agent arrimage, sera notre guide.

Maison Le Tremplin

Visite de la maison d'hébergement thérapeutique Le Tremplin (qui accueille, dans des chambres individuelles, jusqu'à huit adultes éprouvant des problèmes de santé mentale) à l'occasion d'une activité de porte ouverte **le mercredi 5 octobre et le jeudi 6 octobre de 15 h à 16 h 30**. Visites des lieux et présentation du programme, questions des participants sont au menu. Bienvenue aux proches de personnes atteintes! Inscrivez-vous en téléphonant au 819 477-0357 et on vous donnera l'adresse.

Démystifier la problématique du suicide avec Sandrine Vanhoutte, directrice générale du CEPS Drummond, **le mardi 4 octobre de 14 h à 16 h** dans la salle de conférence de l'APAME.

La rediffusion de l'exceptionnelle émission « Malade » aura lieu **samedi le 8 octobre à 23 h 40** à la télévision de Radio-Canada. C'est à ne pas manquer. Rappelons que l'émission *Malade ! est une émission spéciale sur l'anxiété, la dépression et le trouble bipolaire* qui a été diffusée le 6 mai 2011.

Madame Stéphanie Bush, commissaire local aux plaintes et à la qualité des services du CSSS Drummond sera parmi nous, **le mardi le 18 octobre à 19 h** dans la salle de conférence de l'APAME. Sa présentation s'intitule "C'est à se parler qu'on se comprend...". Elle va nous informer sur son rôle, mais aussi pour nous entendre sur nos bons coups et nos moins bons en relation avec le système de santé.

Activités répit (inscription requise)

Les ateliers répit-art avec Monique Marquis (aquarelle 6 heures, acrylique 6 heures, 6 heures de confection de bijoux et 3 heures de confection de cartes).

7 rencontres hebdomadaires du **mercredi 14 septembre au mercredi 9 novembre de 13 h 30 à 16 h 30**. Il n'y a que 7 places pour cet atelier. Les 7 premières personnes inscrites. Assurez-vous de pouvoir participer à toutes les rencontres, sinon laisser votre place à d'autres. Les ateliers auront lieu à la Maison Marie-Reine-des-Coeurs.

Répit/Dépannage 24 heures Volet 2 le samedi 24 septembre et le dimanche 25 septembre 2011 (quelques places disponibles)

Répit/Dépannage 24 heures Volet 1 le samedi 5 novembre et le dimanche 6 novembre 2011
(Il n'y a que 8 places)

Le 24 heures répit **pour femmes** commence à 13 h le samedi et se termine à 14 h le dimanche. Nous prendrons les premières personnes inscrites.

Atelier de 3 jours en art-thérapie, pour aider à l'approfondissement des émotions en se référant aux sensations corporelles, avec Céline St-Amour, **les samedis 29 octobre, 19 novembre et 17 décembre 2011 de 9 h à 17 h** à la Maison Marie-Reine-des-Coeurs. Groupe limité à 8 personnes. **Frais de participation de 150 \$ par personne + 40 \$ par personne pour frais de matériel artistique.**

Activités répit (suite)

Ciné Vie + avec professeur Jean-Guy

3 films exceptionnels à l'affiche le **dernier mercredi du mois à 19 h.**

Mercredi 29 septembre « **Le discours du roi** » mettant en vedette Colin Firth récipiendaire, cette année, de l'Oscar du meilleur acteur pour ce film. (L'intrigue se situe autour d'une étonnante relation entre un noble atteint de bégaiement et son aidant)

Mercredi 26 octobre « **Un homme d'exception** » (A beautifull mind) mettant en vedette Russell Crowe qui a reçu l'Oscar du meilleur acteur pour ce film. (Le film touche, entre autres, au délire schizophrénique)

Mercredi 30 novembre « **Pour le pire et pour le meilleur** » (As good as it gets) mettant en vedette Helen Hunt et Jack Nicholson qui ont reçu l'oscar de la meilleure actrice et du meilleur acteur pour ce film. (L'intrigue se situe autour d'une personne atteinte de troubles obsessionnels compulsifs)

Prendre soin de la personne aidante que je suis avec Diane Plante, formatrice PRH,

L'activité se déroule sur 2 jours décalés de quelques jours. La première journée serait le **jeudi 20 octobre de 9 h à 16 h 30** à la Maison Marie Reine-des-Cœurs. La deuxième journée serait déterminée au terme de la première. **Frais de participation de 75 \$ par personne.** Groupe limité à 15 personnes maximum.

Possibilité de chambres d'hôtel à prix réduit le dimanche ou le lundi seulement

Vous avez besoin de prendre du recul, du répit, sortir de la maison une journée ou deux.

Une entente a été négociée avec l'Hôtel et Suites Le Dauphin de Drummondville (819 478-4141) et de Québec (1 800 668-5911) au tarif de 65 \$ par chambre. Lors de la réservation, simplement mentionner le tarif spécial entendu avec l'APAME. De plus, à l'hôtel de Drummondville, il est possible d'avoir accès au Relais-Détente Spa (819 474-7272) et obtenir un tarif réduit (20 %) pour le forfait couple ou le forfait moment magique du dimanche au mercredi.

"Vie active" pour les personnes de 50 ans et plus

Exercices physiques simples à exécuter et très sécuritaires pour prendre soin de sa santé et conserver son autonomie.

L'activité est offerte **chaque semaine, le mardi de 10 h à 11 h** au Centre communautaire de loisirs Claude-Nault, 4677 rue Traversy, Drummondville secteur Saint-Nicéphore. C'est Carmen qui anime le groupe.

Inscrivez-vous directement au 819 479-8686.

Gymnastique de détente ou "antigymnastique" ou MLC.

Par des mouvements simples, faciles, sans sueur qui délient la musculature, lui re-donnent force, souplesse, vitalité et énergie, venez ré-apprendre à ré-habiter votre corps, venez re-trouver de la mobilité sans douleur et en toute simplicité.

L'activité se tiendra cet automne au Centre communautaire récréatif St-Jean-Baptiste (819 477-4475). **Les inscriptions se tiendront à compter du 6 septembre prochain, directement au centre St-Jean Baptiste de la 11^e avenue.** Lise Bibeau anime cette activité qui s'échelonne sur une période de 10 semaines.

Service de psychothérapie avec Jean-Pierre Demers, psychologue, pour les parents et proches déstabilisés en raison de nombreuses préoccupations en rapport avec la personne atteinte. Comme le budget pour ce service est limité, chaque demande fera l'objet d'une évaluation serrée.

Vous avez besoin d'un rendez-vous le soir ?

Céline Mondou, intervenante, est au travail jusqu'à 20 h 30 le mardi soir, à votre service.

Nouvelles

Assemblée générale annuelle, jeudi 9 juin 2011

61 personnes (39 l'an dernier) ont participé à l'AGA, dont 3 représentants d'organismes partenaires;

L'APAME compte 209 membres réguliers (53 nouveaux membres) et 44 membres affiliés;

En 2010-2011, 312 personnes différentes (246 en 2009-2010) ont été rejointes pour les divers services, dont 97 (89 en 2009-2010) au répit/dépannage individuel;

Les membres du Conseil d'administration ont tenu 11 rencontres;

L'ensemble des activités prévues au plan d'action 2010-2011 a été réalisé;

Plus de 90 membres ont répondu au sondage sur l'appréciation des services et se disent très satisfaits;

Le plan d'action 2011-2012 s'inscrit dans la continuité des services actuels. Les priorités sont d'accroître les activités de répit collectif qui favorisent le développement de relations d'entraide amicales entre les membres (l'implication dans la vente de macarons à rabais pour le Mondial des cultures), d'accueillir et d'intégrer comme nouveaux membres les proches de celles et ceux qui participent à la clinique des jeunes psychotiques du CSSS Drummond (deux groupes ont été accueillis jusqu'à maintenant). La priorité fondamentale consiste à favoriser la joie de vivre et le développement de relations d'entraide amicales entre les membres;

Deux des trois membres sortants du Conseil d'administration, Diane Clavet et Lucie Crépeau, ont été reconduits pour un terme de deux ans;

Me Karine Bussière, avocate à l'Aide juridique de Drummondville, fait son entrée au Conseil d'administration en remplacement du président sortant Claude Dionne;

Diane Clavet accède à la présidence et Odette Lavoie, vice-présidente, Denis Lalonde, trésorier, et Claudette Ruest, secrétaire, complètent le conseil exécutif;

Notre nouvelle présidente Diane Clavet est membre de l'APAME depuis plus de quatre ans. Elle a été coordonnatrice du département de radiologie de l'Hôpital Ste-Croix où elle a servi durant 25 ans. Elle a été candidate au poste de conseillère municipale de la ville de Drummondville. On a pu aussi se réjouir de ses talents de chanteuse de haut niveau lors du spectacle annuel du groupe de Madame Timmons à la salle Georges D'or du Cégep de Drummondville;

Pour sa part, Me Karine Bussière, la talentueuse recrue au sein du Conseil d'administration est avocate à l'Aide juridique depuis 2005 avec diverses expériences en droit de la jeunesse, droit administratif, droit criminel, droit carcéral et en matière de santé mentale. Me Bussière est très impliquée bénévolement et est entre autres membre du Conseil d'administration du CPE La Tourelle de l'Énergie et du CSSS de l'Énergie;



*Jean-Guy Moreau
Directeur général*



*Le président sortant,
Claude Dionne, reçoit de
Jeannine Bonenfant une
plaque souvenir
soulignant 7 années au
service de l'APAME.*



Diane Clavet, chanteuse

Un des premiers gestes posés par notre nouvelle présidente a été de remercier chaleureusement le président sortant Claude Dionne en lui remettant deux cadeaux souvenirs tout en souhaitant de continuer le bon travail d'équipe avec les autres membres du Conseil d'administration;

Du côté financier, l'année 2010-2011 se termine avec un excédent des dépenses sur les revenus de 379 \$ et donc presque un équilibre entre les revenus et les dépenses. Le nouveau budget approuvé indique un excédent des dépenses sur les revenus d'un peu plus de 1 500 \$ qui a pratiquement été éliminé par la réduction des dépenses de téléphone.



De la parole aux actes ! Merci Mélanie !

Le Répertoire des activités de répit de l'APAME a fait peau neuve. En effet, sous la coordination de Mme Mélanie Lavallée du Collège Ellis, les étudiants ont travaillé avec leur professeur afin de mettre au goût du jour notre nouveau Répertoire. Après avoir réalisé l'impression de la brochure, ce sera un plaisir à l'automne d'aller rencontrer les étudiants pour les remercier et leur offrir un exemplaire du Répertoire.

Au cours de la vie, il nous est donné de faire des rencontres extraordinaires. Celle de Mélanie constitue pour moi un bel exemple de ce que la générosité peut offrir à un organisme communautaire, un travail hors de prix !

Céline Mondou

« Ceux qui vivent ce sont ceux qui luttent » Victor Hugo



Nouveautés au Centre de Documentation de l'APAME

LIVRE

«Elle danse avec la Folie»

Mélanie Fortin

FILM DISPONIBLES EN DVD

« Moi, César 10 ans ½, 1m39 »

Congrès de la FFAPAMM

(Fédération des Familles et des Amis de la personne Atteinte de la Maladie Mentale)

Les 3 et 4 juin, 12 personnes de l'APAME de Drummondville ont participé au congrès annuel à Québec.

Le présent texte est un résumé de la conférence du **Dr Michel J. Messier, psychiatre, Institut Douglas**, présentée le 4 juin 2011 lors d'un atelier au congrès annuel de la FFAPAMM.

"L'IMPACT DE LA DÉPRESSION ET DU TROUBLE BIPOLAIRE SUR LES MEMBRES DE L'ENTOURAGE "

Premièrement, la prévalence des deux grandes psychoses soit la schizophrénie et les troubles bipolaires est de 1 % dans la population. De plus, elles peuvent toucher toutes les personnes sans discrimination.

Les grandes psychoses entraînent souvent des troubles concomitants soit : l'alcoolisme, l'abus de drogues ou l'itinérance.

Le virage ambulatoire fait en sorte que les familles sont les premières vers qui se tournent le malade émotionnel ensuite vient l'appartement.

Dans un autre ordre d'idée, les familles craignent de laisser seule la personne malade une fois qu'elles seront absentes. La fratrie ayant sa vie à vivre. Et les conjoints et enfants du malade émotionnel sont souvent appelés à servir de support dans toutes sortes de circonstances.

Au surplus, les proches lors d'une première décompensation ne savent pas trop quoi penser, elles minimiseront, puis feront du déni; enfin, elles essayeront de comprendre. Avec les rechutes, cela pourra menacer l'équilibre familial.

Autrefois, on cherchait les causes des maladies dans le milieu familial; alors qu'aujourd'hui, ce sont les gènes qui en sont responsables en grande partie. Certaines personnes tenteront de trouver un bouc émissaire en la personne malade, le conjoint ou la société alors qu'au fond elles ne cherchent qu'à se rassurer ou se protéger.

Or, ce que peuvent faire les familles c'est s'informer en ce qui a trait à la maladie; par exemple, le diagnostic; le traitement; faire la part des choses; et, le rôle des proches face à la maladie. Ensuite, s'informer sur ce qu'elles peuvent faire pour s'ajuster à la situation ainsi que de servir parfois de personnes de soutien lors de démarches que la personne malade effectue. Enfin, s'entraider avec ses pairs pour se soutenir puisque la recherche en psychiatrie est le parent pauvre du système, il importe donc de faire reconnaître la maladie mentale par le plus grand nombre de personnes.

Ensuite, prendre soin de son équilibre psychique en reconnaissant vos besoins et ceux du malade; en fixant vos limites et votre désir d'implication dans le soutien de la personne malade; enfin, en vous réservant des plages horaires pour aller ventiler et vous ressourcer.

Sans compter, sur le paradigme en psychiatrie soit l'approche bio-psycho-sociale qui permet des interventions meilleures et plus ciblées.

Pour terminer, essayer de relativiser le problème en évacuant les tensions psychiques avec l'aide de l'humour et aussi en ne prenant pas tout au tragique, même si la situation elle, l'est.

Éric Beaulé

Congrès de la FFAPAMM (suite)

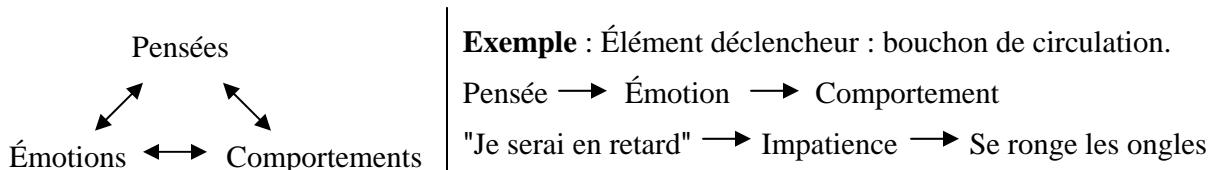
Dans le cadre du Congrès de la FFAPAMM, Mme Myriam Plamondon, étudiante au doctorat en psychologie, École de psychologie, Université Laval, présentait un atelier "**La thérapie cognitive-comportementale : modifier ses pensées et ses comportements pour mieux vivre**".

La thérapie cognitive-comportementale est largement utilisée pour traiter l'anxiété, la dépression et de nombreuses autres psychopathologies. L'atelier visait à discuter de différentes facettes de cette forme de psychothérapie afin de mieux comprendre son fonctionnement et son utilité clinique.

La thérapie cognitive-comportementale permet de réduire certains symptômes, obtenir plus de confiance en soi.

Les buts de la thérapie sont développés en collaboration avec le client. L'origine du problème n'est pas aussi importante que les facteurs qui maintiennent une problématique.

Client et psychologue travaillent en équipe. Le client est l'expert de ce qui est difficile pour lui alors que le psychologue est l'expert des pensées et des comportements.



Il y a des prédispositions génétiques à vivre de l'anxiété. L'environnement aussi influence.

En thérapie cognitive-comportementale, le thérapeute a un rôle actif et directif. La conférencière énumère des techniques utilisées :

1. Psychoéducation
2. Restructuration cognitive
3. Résolution de problèmes
4. Activation comportementale
5. Exposition
6. Relaxation

et selon un constat qu'elle fait, la thérapie cognitive-comportementale réduit les coûts de la santé.

Qui peut pratiquer la psychothérapie ?

- Psychologues
- Médecins
- Personnes faisant partie de certains ordres professionnels ET ayant reçu un permis de pratique comme psychothérapeute :
 - Ordre des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec
 - Ordre des conseillers et conseillères d'orientation et des psychoéducateurs et psychoéducatrices du Québec
 - Ordre des infirmières et infirmiers du Québec
 - Ordre des ergothérapeutes du Québec
- Personne ne faisant partie de ces ordres professionnels mais répondant à des exigences de formation précises ET ayant reçu un permis de pratique.

Céline Mondou

