

# Aider

## les jeunes, leurs parents et grands-parents à faire face à la maladie mentale.

Par Florence d'Ivernois, Association québécoise de la personne atteinte de maladie mentale (AQPAMM)

Avoir un proche atteint de maladie mentale, lorsqu'on a peu d'information sur le sujet, c'est difficile, fatigant et stressant. Surtout lorsqu'on est jeune adolescent, et que l'on découvre la vie. Vivre avec un enfant, un petit enfant ou un parent atteint d'un trouble mental peut également se révéler une véritable bataille de tous les jours.

C'est bras ouverts que l'Association québécoise des parents et amis de la personne atteinte de maladie mentale accueille toute personne qui est confrontée au quotidien à la maladie mentale d'un proche. Que se soit la schizophrénie, bipolarité, trouble de la personnalité limite, paranoïa ou d'une toute autre maladie mentale, il s'avère parfois difficile de composer avec les différents comportements que cause la maladie et la souffrance que cela suscite. Depuis 1980, l'Association propose de l'écoute téléphonique, des suivis personnalisés, des groupes de soutien, des conférences et ateliers, de la psychoéducation et des activités de répit afin d'aider ces personnes à faire face aux difficultés.

Lors des groupes de soutien, nous prenons conscience du désarroi que peut causer la prise en charge de son proche. Dans le tourbillon d'émotions, occasionnellement contradictoires, les familles doivent parfois faire face à l'hospitalisation de leur enfant, ou de leur parent, tout ça sans compter l'impact d'être confrontées aux dédales du circuit de soins, au secret médical, aux lois, à

la police, etc. L'Association est là pour aider les familles à retrouver les forces nécessaires à la prise en charge de leur proche. Les services offrent le support aux familles dans leur besoin et travaillent à développer des modes de communication qui soient plus soutenant envers leur proche.

Depuis la fin de l'hiver 2012, l'AQPAMM a mis sur pied un groupe de soutien pour les jeunes de 14 à 20 ans dont un parent, une sœur, un frère ou un-e ami-e souffre de maladie mentale. Le besoin est réel! Ces jeunes, qui ont déjà tant à gérer avec leur croissance personnelle, doivent aussi apprendre à gérer les embûches que leur apporte la maladie de leur proche. Mais l'Association veille désormais à les aider à traverser cette situation en étant mieux outillés. ■

Pour informations :

  
**AQPAMM**

Association québécoise des parents  
et amis de la personne atteinte de  
maladie mentale

Membre du  
**RIOPFQ**

**Retrouvez nos activités, informations, articles et calendrier dans notre site Internet :**

[www.aqpamm.ca](http://www.aqpamm.ca)

Pour parler ou rencontrer une intervenante : 514-524-7131  
du lundi au vendredi 9 h à 12 h – 13 h 15 à 17 h 30