LES AVENTURES DE LA FAMILLE DAKÔTÉ

CORPORATION DE DÉVELOPPEMENT COMMUNAUTAIRE HAUT-RICHELIEU-ROUVILLE

Chercher de l'aide, c'est gagnant

RESSOURCES. Chaque mois, le comité Rayonnement de la Corporation de développement communautaire Haut-Richelieu-Rouville fait découvrir à la population la richesse de l'offre de services des organismes communautaires à travers les péripéties d'une famille fictive.

Autour d'un bon repas, alors que Micheline et Michel discutent avec des amis, le ton devient plus intime et plus sérieux. Michel, regardant son ami Jean-Pierre, lui rappelle l'époque du couvre-feu de la pandémie de 2021. Jean-Pierre était alors durement affecté par l'arrêt de ses activités et l'isolement avait miné son moral. Tous ses proches étaient inquiets et mal à l'aise devant la situation.

Jean-Pierre pensait que ses problèmes allaient partir avec le temps, mais Michel lui a dit de ne pas attendre que son état s'aggrave. Il pouvait rencontrer des personnes qui pourraient l'aider avant de perdre le sommeil et l'appétit et avoir de la difficulté à se sortir du lit le matin.

À cette époque de la pandémie, le confinement avait fragilisé beaucoup de monde. Chacun a son histoire, et plusieurs ont utilisé les ressources offertes pendant cette période de chamboulement. Encore aujourd'hui, ces services sont toujours appropriés.

Que faites-vous si une personne que vous aimez vous partage ses inquiétudes quant au fait qu'elle pense que vous vous enfoncez dans la dépression?



(Photo gracieuseté)

A: Je demande de l'aide à un professionnel (psychologue, médecin, etc.).
B: J'écoute des vidéos de chats.
C: Je me renseigne sur les services des organismes communautaires.

Vous vous doutez bien que la bonne réponse n'est pas B, mais plutôt A ou C. Bien qu'écouter des vidéos de chats peut faire sourire, il serait plus judicieux de chercher du soutien de personnes qualifiées et se renseigner sur les options pour reprendre du pouvoir sur sa vie.

Connaissez-vous les organismes communautaires qui peuvent vous aider gratuitement?

Actions Dépendances
Promotion et prévention. Hébergement d'urgence en itinérance.
450 346-6472

Centre de crise et de prévention du suicide Haut-Richelieu-Rouville
Pour toute personne touchée par le suicide ou par une situation de crise.
1 866 277-3553

Centre d'écoute Montérégie, Briser l'isolement chez les aînés
Appels, accueil et soutien des aînés.
1 877 658-8509

Éclusier du Haut-Richelieu
Soutien à l'entourage d'une personne vivant avec un trouble de santé mentale.
450 346-5252

Maison le Point Commun
Aide pour les personnes vivant des troubles de santé mentale.
450 346-5706

Santé mentale Québec Haut-Richelieu
Promotion, prévention et entraide en santé mentale.
450 346-5736

Pour en savoir plus, consultez assisto.ca et suivez la famille Dakôté au www.facebook.com/cdchrr

Association PAUSE

Animateurs de camp de jour recherchés

EMPLOI. L'Association PAUSE est à la recherche d'animateurs pour son camp de jour, dès la fin juin, à Saint-Jean-sur-Richelieu. Les candidatures sont acceptées dès maintenant.

Les personnes intéressées doivent être âgées de 16 ans et plus. Elles doivent démontrer de l'intérêt pour s'occuper d'une clientèle âgée de 5 ans et plus avec une déficience intellectuelle, un trouble du spectre de l'autisme, ou les deux.

Il n'y a aucune obligation de détenir une formation en lien avec le portrait de la clientèle desservie. L'Association PAUSE organisera plusieurs journées thématiques et de formations à partir du mois de mai.

Le camp de jour se déroulera du 27 juin au 16 août. Les curriculum vitae doivent parvenir par courriel à Catherine Guay-Daniel à info@associationpause.org.



