

En partenariat avec:



Quand la détresse bouscule une famille



Entourage SANTÉ MENTALE

Connaissiez-vous les organismes communautaires d'ici? La famille Dakoté vous invite, dans ses chroniques, à découvrir les services disponibles dans la région.

Pour Michel et Micheline Dakoté, le quotidien est devenu un terrain miné. Depuis quelque temps, ils observent leur fille adulte s'enfoncer dans une détresse profonde. Sautes d'humeur intenses, panique, peur de l'abandon, relations explosives: tous les signes pointent vers un trouble de la personnalité limite (TPL). Face à ces tempêtes émotionnelles, les parents se sentent totalement impuissants.

«On veut l'aider, mais chaque mot déclenche une crise. On marche sur des œufs,

et la culpabilité nous ronge», confie Micheline, les yeux empreints de fatigue.

Comme de nombreux proches de personnes vivant avec un problème de santé mentale, le couple s'est longtemps oublié, s'isolant par pudeur et par épuisement. Récemment, Michel et Micheline ont réalisé qu'ils ne pouvaient plus porter ce fardeau seuls. Pour ne pas sombrer, ils ont poussé la porte d'Entourage Santé Mentale.

Cet organisme offre un havre de paix et des outils concrets aux familles qui traversent de telles épreuves. Sur place, des professionnels les ont accueillis sans jugement. Grâce à des séances d'information et des groupes de soutien, les Dakoté apprennent enfin à décoder les comportements de leur fille, à poser des limites saines et, surtout, à prendre soin de leur propre santé psychologique.

«Consulter nous a redonné un souffle de vie», témoigne Michel. «Nous avons compris que nous ne sommes pas responsables de sa maladie, mais que nous pouvons apprendre à mieux l'accompagner tout en nous protégeant.»

Une démarche courageuse qui prouve que demander de l'aide est le premier pas vers la sérénité familiale.

Un don non conventionnel à la Maison Hina

Abraham SANTERRE
asanterre@canadafrancais.com

La résidente de Saint-Jean-sur-Richelieu Line Robert a annoncé sur Facebook, le 6 août dernier, qu'elle devait abattre son arbre et qu'elle souhaitait donner les cordes de bois à des citoyens qui pouvaient venir les récupérer. La seule condition: faire un don à la Maison Hina, un organisme qui vient

en aide aux femmes victimes de violence conjugale. Le serrurier Michel Lamarre a levé la main et a fait un don de 500\$. Sébastien Rousseau, de Émondage Arbrovisien, a également offert de l'argent à l'organisme. Sur la photo, de gauche à droite, Sébastien Rousseau d'Émondage Arbrovisien, Nathalie Villeneuve de la Maison Hina, le serrurier Michel Lamarre, Line Robert ainsi que Glen Gagné.



Sébastien Rousseau, Nathalie Villeneuve, Michel Lamarre, Line Robert et Glen Gagné
(Photo Le Canada Français - Julien Saguez)

Agenda communautaire

BIBLIOTHÈQUE SAINTE-SABINE

La vente annuelle de livres usagés de la bibliothèque aura lieu le samedi 26 septembre de 9h à 16h, au Centre municipal, 185, rue Principale. Un large choix de volumes sera offert à prix minimes. Info: 450 293-2336.

FADOQ ST-BLAISE

Soirée de danse en ligne le samedi 3 octobre, à 19h30, au Centre communautaire, 795, rue des Loisirs. Musique par Fernand Brunelle. Minicours de danse à 19h15. Entrée 10 \$. Infos: 450 291-3203.

SOCIÉTÉ D'HORTICULTURE HAUT-RICHELIEU

Le samedi 3 octobre à la tombée de la nuit, venez découvrir trois jardins culturels inspirés des traditions autochtones, japonaises et chinoises au Jardin botanique de Montréal. Départ du Carrefour Richelieu à 18h en autobus, retour vers 22h. Billets disponibles jusqu'au 26 septembre, 40 \$ membres,

55 \$ non-membres. Informations: Bernard Hudon, 514 746-4774, <https://fsheq.com/societe-1547>.

BRUNCH ENTOURAGE SANTÉ MENTALE

Entourage Santé Mentale invite la population à un brunch-bénéfice, le dimanche 4 octobre, 9h à 12h, à la salle des Chevaliers de Colomb d'Iberville au 335, 6^e Avenue. Coût: 17 \$ adultes, 10 \$ pour les 6-12 ans et gratuit pour les 5 ans et moins. Réservations: www.entouragesante-mentale.ca. Des billets seront disponibles à la porte. Renseignements: 450 346-5252.

ASSOCIATION DES STOMISÉS MONTRÉGIE

L'Association tiendra pour la première fois sa Marche annuelle à Saint-Jean-sur-Richelieu, sous la présidence d'honneur de la Dre Diana Losada, le dimanche 4 octobre, de 10h à 12h à la piste d'athlétisme Pierre-Larose. Marche, animation, rafraîchissements, collations et prix de présence seront au rendez-vous. L'entrée est gratuite et toute la population est invitée à venir marcher avec nous afin

de soutenir les personnes vivant avec une stomie ou une maladie du système digestif. Info: 450 768-3835, info@stomisesmonteregie.ca.

LE COURRIER PLUME RECRUTE

Le Courrier Plume de Famille à Cœur est à la recherche de bénévoles pour répondre aux lettres des enfants ou pour colorier le papier à lettres. Ambiance chaleureuse, conviviale et humaine grâce à une équipe de bénévoles formés et passionnés. Info: Geneviève Berry 450 346-1734.

AIDE AUX DEVOIRS

Mouvement SEM recherche des bénévoles pour offrir de l'aide aux devoirs aux enfants du primaire de 15h à 17h. Les bénévoles peuvent choisir la journée qui leur convient: lundi, mardi ou mercredi. Info: Joannie 450 348-0209 poste 221 ou aideauxdevoirs@mouvementsem.com.

BAZAR SAINT-ATHANASE

Le bazar offre plusieurs articles de tous les

jours à prix abordables: articles de cuisine, bibelots, bijoux, romans, articles de quincaillerie, meubles, divans, tables, chaises, armoires de rangement. Tous les jeudis de 13h à 15h30 et le premier samedi du mois de 9h à midi. Nous sommes au 500, 1^{re} Rue, (secteur Iberville). Les dons en articles peuvent être déposés en tout temps dans un coffre à l'extérieur. Tel.: 450 347-1188 poste 105. Facebook: @BazarParoisseSaintAthanase.

FADOQ SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU

Le Club a repris ses activités: cours de danse intermédiaire (lundi-jour et jeudi-soir), cours de danse débutant facile (dimanche et lundi), baseball poches (mardi) et palet (mardi soir), pratique de danse (vendredi), babette (vendredi), soirée de danse le samedi et danse en ligne le dimanche après-midi. Carte de membre: 30 \$ (1 an) ou 55 \$ (2 ans). Voir notre calendrier en format papier ou Facebook. Pour informations: 450 358-0404 ou fadoqstjean@gmail.com.