

LES GROUPES D'ENTRAIDE

Nous encourageons les membres de la famille et de l'entourage à adhérer aux groupes d'entraide *Al-Anon*, particulièrement à celui qui se tient chaque semaine à La Maison Jean Lapointe. Il permet de rencontrer d'autres participants du programme, d'éviter l'isolement et le retour des comportements destructeurs.

LES COÛTS DU PROGRAMME

Les personnes qui s'inscrivent au programme d'aide à la famille bénéficient d'une *subvention partielle* de la Fondation Jean Lapointe et du ministère de la Santé et des Services sociaux. Ils doivent donc assumer une partie des coûts de ce programme.

TÉMOIGNAGES

« Je ne me permets plus de vivre dans l'illusion. J'essaie de composer avec ma personnalité et avec la réalité. »

« Le programme m'a fait connaître le livre "Un jour à la fois" ainsi que les douze étapes qui furent pour moi d'un profond secours et le sont toujours. »

« Avec ce programme, une personne qui veut s'impliquer peut vraiment améliorer sa situation. »



UN MOT DE JEAN LAPOINTE

« Vous seul pouvez faire les premiers pas et entreprendre cette démarche qui vous est offerte aujourd'hui. »

Il ne s'agit pas de tout changer, mais seulement de poser un premier geste d'amour envers vous-même et d'ouvrir les yeux sur une dimension nouvelle qui viendra chasser les brumes douloureuses de votre vie passée.

Ce programme vous est destiné. Nous y avons mis beaucoup d'amour car nous connaissons la grandeur de vos besoins.

À bientôt, j'en fais le souhait! »



BESOIN D'AIDE? CONTACTEZ-NOUS!

C'est tout à fait confidentiel.

Région de Montréal : **514 288-2611**
Autres régions du Québec : **1 800-567-9543**

Site Web :
www.maisonjeanlapointe.org

Courriel :
admission-paf@maisonjeanlapointe.org

La Maison Jean Lapointe est un centre de traitement certifié par le ministère de la Santé et des Services sociaux et membre de l'Association des centres de réadaptation en dépendances du Québec.

PROGRAMME D'AIDE À LA FAMILLE ET À L'ENTOURAGE ALCOOLISME ET TOXICOMANIE



BESOIN D'INFORMATION?

La personne qui téléphone à La Maison Jean Lapointe pour recevoir de l'information sur le *Programme d'aide à la famille et à l'entourage* présente habituellement une ou plusieurs des caractéristiques suivantes :

- elle vit une détresse importante;
- elle désire recevoir de l'information et des conseils pour aider efficacement un proche;
- elle souhaite mieux comprendre les comportements de la personne dépendante;
- elle ressent le besoin de parler de ses difficultés en toute sécurité;
- elle est motivée à recevoir de l'aide et à améliorer sa situation.



L'ENTOURAGE, LA FAMILLE, L'ALCOOL ET LES AUTRES DROGUES

Face aux comportements déroutants de la personne dépendante de l'alcool ou d'autres drogues, les membres de la famille et de l'entourage ne savent plus trop comment réagir. Après avoir tout essayé, ils vivent un terrible sentiment d'impuissance et d'épuisement en raison des multiples échecs à contrôler les habitudes de consommation de la personne dépendante.

Il est possible d'échapper à ce scénario et d'aider efficacement une personne alcoolique ou toxicomane sans s'épuiser. Le programme de La Maison Jean Lapointe offre à tous les membres de l'entourage la possibilité de contribuer à leur propre rétablissement et de retrouver un meilleur équilibre personnel et familial.

NOTRE OBJECTIF

Nous voulons informer la famille et les proches sur la nature et les effets de l'alcoolisme et des autres toxicomanies. Nous voulons aussi aider ces personnes à prendre conscience de l'impact de la maladie sur eux et surtout, leur donner des moyens concrets d'accéder à une meilleure qualité de vie.

Nous désirons que chaque participant puisse :

- regarder sa situation d'une façon réaliste et mettre un terme au déni et à l'isolement;
- apprendre à mieux identifier ses émotions (honte, peine, culpabilité, etc.) et à les exprimer en toute sécurité;
- accéder à un mode de vie mieux équilibré par l'adhésion aux groupes d'entraide *Al-Anon*.

NOTRE ÉQUIPE

Nos intervenants, hommes et femmes, possèdent les compétences professionnelles, l'expérience et l'implication qui donnent à notre programme une chaleur et un esprit particuliers dont nous sommes fiers.

Ils peuvent également comprendre les difficultés auxquelles l'entourage est confronté à mesure que progressent les problèmes liés à la consommation abusive d'alcool ou d'autres drogues et leur apporter aide et soutien.

AI-JE BESOIN D'AIDE?

Voici un petit questionnaire basé sur les symptômes généraux qu'éprouvent les membres de la famille et les proches d'une personne alcoolique ou toxicomane :

- | | OUI | NON |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 1. Vous arrive-t-il de vous sentir loin des autres, comme s'ils ne pouvaient pas vous aider? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. Vous arrive-t-il de croire que l'avenir ne vous apportera plus rien de bon? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. Vous arrive-t-il de penser : « <i>Au fond, je ne vauds pas tant que ça</i> »? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Répondre *oui* à une seule de ces questions peut indiquer la présence d'un problème lié à l'alcoolisme ou la toxicomanie d'une personne de la famille ou de l'entourage. Si tel est le cas, La Maison Jean Lapointe peut vous aider.

NOTRE PROGRAMME

Le programme permet aux participants de prendre conscience qu'il existe des solutions à la souffrance, l'isolement et la confusion résultant du fait de vivre avec une personne alcoolique ou toxicomane. Dans une atmosphère de compréhension et de respect, nous les encourageons à briser le silence et à exprimer leurs sentiments et leurs préoccupations. Le programme comprend 2 phases distinctes :

Phase 1 : Fin de semaine intensive

Débutant le samedi matin et se terminant le dimanche après-midi, le programme comprend :

- des exposés thématiques sur les problématiques vécues par les membres de la famille et de l'entourage;
- des groupes de discussion qui permettent de poser des questions et de réaliser que les difficultés partagées sont beaucoup moins lourdes à porter;
- un aperçu des stratégies qui favorisent le retour à une vie plus saine et mieux équilibrée;
- une introduction aux groupes d'entraide *Al-Anon*.

Phase 2 : Suivi mensuel

Ce suivi, d'une durée de 12 mois, à raison d'une rencontre par mois, permet aux participants de se retrouver, d'échanger entre eux et de poursuivre la démarche amorcée lors de la fin de semaine intensive. Chacune de ces rencontres comprend :

- un exposé thématique qui favorise le retour à un sain équilibre personnel et familial;
- un groupe de discussion qui permet d'échanger sur les joies et les difficultés associées aux changements que les participants tentent d'intégrer dans leur vie après la fin de semaine intensive.