

INVITATION À L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE DE L'ANCRE

Les membres du conseil d'administration de L'Ancre vous invitent à l'assemblée générale annuelle qui se tiendra **mardi, le 18 juin 2024 à 17 h 30, au Resto-Bar Lafontaine** (3 boul. Taché Est, Montmagny). C'est avec grand enthousiasme que nous vous présenterons les activités réalisées dans la dernière année.

Pour célébrer toutes les belles réalisations de l'exercice 2023-2024, nous souhaitons offrir gracieusement le souper à tous nos membres en règle* participants. Le tout accompagné d'un peu d'animation et de temps pour échanger entre nous. Soyez au rendez-vous!

Pour nous aider à planifier la rencontre, vous êtes priés de confirmer votre présence au plus tard le 17 juin à 13 h, au 418 248-0068 ou à direction@lancre.org.



Angèle Chouinard, Présidente du conseil d'administration de L'Ancre

* Nous vous rappelons que pour participer à l'Assemblée générale annuelle avec droit de vote et pour bénéficier de certains privilèges réservés aux membres, il est obligatoire de renouveler votre d'adhésion à L'Ancre. Le paiement de votre cotisation (10 \$) peut nous être remis au moment de l'Assemblée générale. Vous pouvez également procéder par virement Interac en utilisant l'adresse info@lancre.org (aucune question de sécurité requise).

À L'AGENDA DE L'AUTOMNE

RAVIVE TA FLAMME - 10 sept. 2024

L'Ancre vous annonce en primeur qu'une activité spéciale pour la journée de sensibilisation à la prévention du suicide aura lieu le 10 septembre prochain sous le thème « **Ravive TA flamme** ». Nous aurons la chance de recevoir l'équipe de réalisation et les participants du documentaire « [Des vies à vivre](#) ». Celui-ci sera présenté à l'Espace citoyen de Montmagny tout au long de la journée et des ateliers de discussion auront lieu à différents moments.



Il s'agit d'un projet en collaboration avec Trait d'union et le CISSS de Chaudière-Appalaches. Plus de détails à venir!



CONGRÈS

18 et 19 octobre 2024
Centre des congrès de Québec

La Confédération des associations de proches en santé mentale du Québec (autrefois Réseau Avant de Craquer) annonce le retour de leur congrès.

C'est sous une formule renouvelée que l'événement aura lieu les 18 et 19 octobre prochain à Québec.

L'Ancre souhaite inviter ses membres à y participer. Plus de détails vous seront communiqués en juillet et août sur les modalités d'inscription pour bénéficier d'un tarif réduit.

En attendant, vous pouvez consulter [la programmation](#) à l'adresse : congres.capsantementale.ca



RETOUR SUR LES ACTIVITÉS d'Aider sans filtre Montmagny-L'Islet

Le 22 mai dernier, L'Ancre a tenu un kiosque à l'école secondaire Louis-Jacques-Casault dans le cadre de leur activité intitulée « Journée Respaix ». Plus de 80 jeunes sont venus discuter avec l'intervenante et l'agente de sensibilisation. Un bol de questions avait été préparé et a permis d'ouvrir des discussions sur les techniques que les jeunes emploient pour maintenir une bonne santé mentale et sur les différents troubles qui existent.

À la fin du mois de mai, l'intervenante jeunesse de L'Ancre a participé à la première rencontre des partenaires engagés jeunesse de Montmagny-L'Islet depuis leur fusion avec la table des partenaires jeunesse en janvier. Cette journée a été l'opportunité de présenter à tous les intervenants et directions des organismes présents, les nouveaux services de L'Ancre. Des partenariats éventuels ont été discutés afin que L'Ancre devienne une référence dans l'accompagnement des jeunes qui vivent des difficultés en lien avec une problématique de santé mentale d'un proche.

Le 5 juin, l'intervenante jeunesse est allée à la rencontre d'un peu plus de 120 élèves de l'école secondaire Saint-Paul pour présenter les services de L'Ancre et leur parler des différents troubles de santé mentale. Cela a également permis aux jeunes, pendant l'heure du dîner ou leurs pauses, de rencontrer l'intervenante et parler de leur situation plus particulière. De belles discussions ont eu lieu toute la journée.



Jessica, intervenante psychosociale et Anaïs, agente de sensibilisation derrière le kiosque qu'elles ont tenu lors de la Journée Respaix à l'École secondaire Louis-Jacques-Casault.

JOURNÉE NATIONALE DE LA SENSIBILISATION À LA SCHIZOPHRÉNIE ET À LA PSYCHOSE

Cette journée a eu lieu le 24 mai dernier. La schizophrénie et la psychose sont deux troubles que beaucoup connaissent de nom étant donné leur popularité médiatique. Pourtant, malgré le portrait que les médias leur font, il s'agit de deux maladies très difficiles à vivre par moment, autant par la personne atteinte que son entourage. Statistiquement parlant, les personnes atteintes sont plus à risque de se blesser elles-mêmes et moins à risque de blesser autrui que le reste de la population. Le cannabis PEUT être un élément déclencheur de psychose, mais n'est pas la seule cause.

Une prise en charge médicale efficace peut améliorer grandement la qualité de vie. Au moins un tiers des personnes atteintes connaissent une rémission complète des symptômes. Pour les autres, il peut avoir une fluctuation entre une aggravation et une rémission périodique des symptômes tout au long de la vie, mais il est également possible que les symptômes s'aggravent progressivement. Malheureusement, plus de deux personnes sur trois atteintes de psychose ne bénéficient pas de soins spécialisés.

Les grandes situations de stress peuvent entraîner de l'isolement et une exacerbation des symptômes des personnes schizophrènes. Elles sont également plus vulnérables que les autres à diverses violations des droits humains, notamment la négligence, l'absence de logement, la maltraitance et l'exclusion.

Des services, comme le [Programme Premier Épisode Psychotique](#) offert par le CISSS, et des organismes communautaires ([Trait d'Union](#), [Nouveaux Sentiers](#)) sont disponibles pour aider les personnes vivant avec la schizophrénie et les psychoses. À L'Ancre nous sommes présents pour l'entourage. N'hésitez pas à [nous écrire](#) ou nous appeler (418 248-0068), nous sommes là pour vous aider et vous accompagner.

Jessica Fortier-Lavallée, intervenante psychosociale jeunesse