

## Groupe de soutien l'Éveil

Cela vous intéresse,  
veuillez téléphoner au  
Centre de santé  
de Chibougamau (lundi au  
vendredi de 8 h 30 à 16 h 30)  
au 418 748-2676, faites le 0  
et demandez à parler  
à l'intervenante de l'accueil  
psychosocial.

**l'Éveil**



## Ressources disponibles

**Centre de santé de Chibougamau**  
**418 748-2676**, faites le 0

**Centre de santé René-Ricard**  
**418 745-2591**, faites le 0

**Info-Social**  
7 jours sur 7, 24 heures sur 24  
**8-1-1**

## Groupe de soutien l'Éveil



### Centre de santé de Chibougamau

51, 3e Rue  
Chibougamau (Québec) G8P 1N1

Téléphone : 418 748-2676

[www.crsssbaiejames.gouv.qc.ca/  
publications/Groupe l'Éveil](http://www.crsssbaiejames.gouv.qc.ca/publications/Groupe%20l%27Eveil)

Janvier 2017

Dépliant L'Éveil.pub

Pour les familles et amis de la  
personne atteinte d'un trouble  
de santé mentale





## Qu'est-ce que l'Éveil?

L'Éveil regroupe des adultes qui vivent avec et/ou côtoient un proche atteint d'un trouble de santé mentale.

Ce groupe de soutien animé par des intervenants du Centre de santé de Chibougamau est gratuit, confidentiel et toute personne pourra se joindre à tout moment au courant de l'année selon ses besoins.

## Je ressens...

- De la culpabilité
- De l'inquiétude
- Du stress/anxiété
- Des peurs
- De la honte
- De l'impuissance
- De la colère
- De la tristesse
- De l'injustice

Le groupe l'Éveil est là pour vous accompagner dans ce que vous vivez.

## L'Éveil est là pour...

- Briser l'isolement
- Offrir soutien et réconfort
- De l'écoute
- S'exprimer
- Répondre à vos questionnements

Il y aura également des ateliers sur des sujets qui seront déterminés par les membres du groupe.

