

PROGRAMMES ET SERVICES

- Le Groupe de soutien Soignants
- Groupe de soutien par les paires
- Votre cheminement vers le rétablissement
- L'entraide : La force des familles
- ACHIEVES : Numératie & littératie
- ACHIEVES : Conseilles Ouvrage
- Bourse commémorative J. Dean McAllister

Les brochures, les ouvrages de référence, les vidéos, les cassettes et les paquets d'information sont disponibles.

LA COLLECTE DE FONDS

Marche de l'espoir:
Journée de sensibilisation:
Bingo Cow Patty/journée familiale:

D'AUTRES ÉVÉNEMENTS

Mois d'Adhésion : janvier
Assemblée générale annuelle : mai
Conscience de santé mentale : mai & oct.

La Société de Schizophrénie s'efforce à

- Promouvoir et assurer l'éducation, l'information et de soutien
- Plaider pour des changements Législatifs
- Soutenir à la recherche sur la schizophrénie
- Recueillir des fonds pour atteindre ces objectifs

Êtes-vous intéressé à aider ?

Si vous voulez devenir un membre ou un volontaire, appelez-nous au 622-1595 ou passez au bureau au 1756, rue Water. Suite 103

Filiale de Miramichi

PO Box 562
Miramichi, NB, E1V 3T7
Téléphone: (506) 622 - 1595
Télécopieur: (506) 622 - 8927
Site du Bureau: 1756, rue Water,
Suite 103

Réunion du conseil
2^{ème} mardi de chaque mois

Réunion de soutien le premier jeudi
de chaque mois - 10a.m.

Groupe de soutien par les paires
Chaque mercredi à 1830
Pour l'endroit téléphone Natalie à
622-1595

Site Web

www.schizophreniasociety.nb.ca

Courriel

ssnbmiramichi@nb.aibn.com



Venez nous rendre visite sur
Facebook

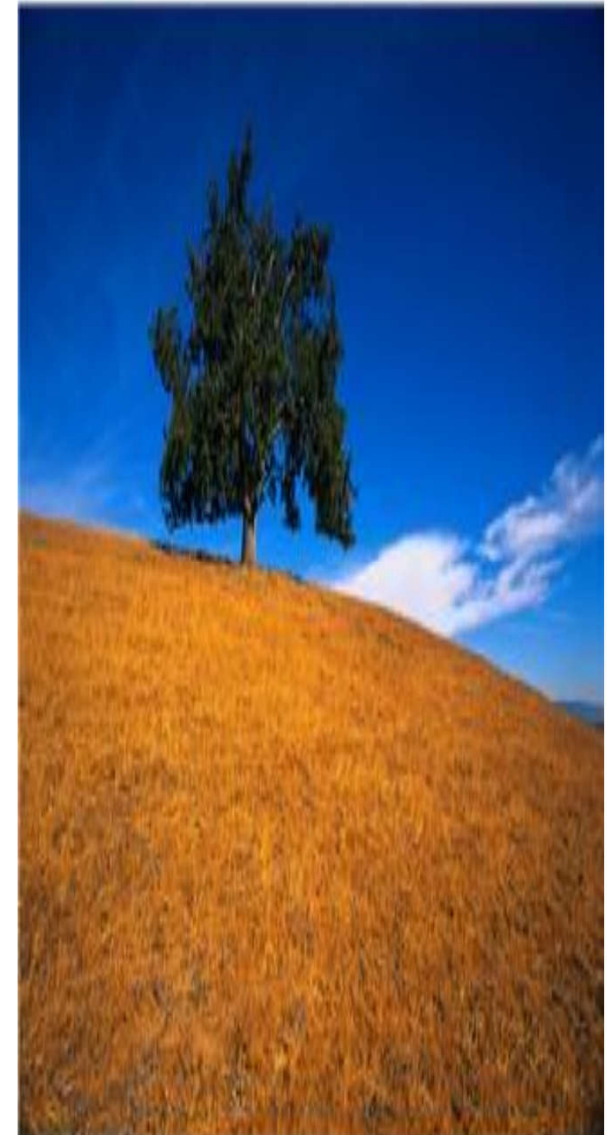
Schizophreniasociety Miramichi

Charitable Reg. #88609 1495 RR0001

Pour toutes questions sur les
programmes - Contactez
SSNB – Miramichi

Révisé le 2 Oct. 2014

DEPRESSION



Saviez-vous .. ?

La dépression, des conditions médicales communes mais sérieuses, qui est le symptôme primaire pour presque tous les désordres de comportement.

Entre 7.9% - 8.6% des Canadiens adultes éprouveront une dépression majeure/l'anxiété dans leur vie et 5% en une année donnée.

Les personnes souffrant de troubles d'humeur sont à risque élevé de suicide.

La dépression a différents types, la gravité, et la durée.

Les personnes avec la maladie mentale grave font face au degré le plus élevé de stigmatisation dans le lieu de travail.

Il y a de l'espoir.

La dépression est la maladie mentale la plus traitable.

Grâce à un diagnostic, l'intervention précoce et le traitement, les gens peuvent récupérer et mener une vie épanouissante.

L'emploi et les stratégies de soutien sont disponibles.

Un groupe de soutien de pair bipolaire est disponible.

La récupération est attendue

Sources: [Strengthening Families Together](#), 3rd Edition
Schizophrenia Society of Canada, 2008
CMHA website
[On an Even Keel](#) Theriault, C., et al., Beresford,
NB

CMHA web-site

Types de Dépression

Désordre de Dysthymie est une forme plus douce commune de dépression, qui dure pendant au moins deux années. Les personnes peuvent fonctionner, mais ne sont pas capables de se sentir joyeux ou n'apprécient pas entièrement la vie.

Dépression après la naissance d'un enfant est éprouvé par quelques nouvelles mères. Il peut durer de quelques semaines après la livraison à quelques mois. Un petit pourcentage de ces femmes peuvent développer des symptômes plus sévères de dépression.

Désordre affectif saisonnier est généralement associé aux heures de jour réduites. Beaucoup de personnes remarquent un changement d'énergie ou d'humeur quand l'hiver approche. Pour certains, la dépression devient désactivant et affecte leurs travaux et rapports sociaux.

Dépression (réactive) situationnelle est une réaction à quelque chose qui s'est produite comme le stress au travail, dans les relations personnelles ou la perte d'un être cher.

Causes

Il n'y a aucune cause de dépression. Les facteurs contribuant à la dépression peuvent inclure :

Biologique : Les changements des produits chimiques du cerveau appelés des « neurotransmetteurs »

Cognitif : Modèles de pensée négatifs et perte de confiance en soi-même.

Genre : Les femmes éprouvent la dépression clinique à un taux qui est presque deux fois celui des hommes.

Co-occurrence : La dépression clinique généralement se produit avec d'autres maladies.

Médicaments : Les effets secondaires de quelques médicaments peuvent provoquer la dépression.

Génétique : Des antécédents familiaux augmentent le risque.

Situationnel : Événements de vie difficiles.

Symptômes

Les symptômes de la dépression peuvent inclure:

- Tristesse ou désespoir persistante

- Changements dans la productivité
- Changements de sommeil et d'appétit
- Perte de plaisir ou d'énergie,
- Difficulté à penser, concentrer, ou à prendre des décisions
- Pleurer excessivement
- Retrait social
- Pensées de mort ou de suicide

Les symptômes interfèrent avec la vie quotidienne à la maison, au travail, ou avec des amis pendant toute la journée, presque tous les jours, pendant au moins deux semaines.

Traitement.

Le traitement pour la dépression clinique comporte une combinaison de médicament, de psychothérapie, d'éducation et de groupes de soutien.

Consultation et psychothérapie :

Collaborer avec un bon thérapeute peut aider différents points de résolution problématiques et trouver des solutions pour mieux faire face à la vie.

Médicament : (Antidépresseur)

Des médicaments le plus généralement prescrits pour la dépression aujourd'hui s'appellent les inhibiteurs sélectifs de re-uptake de sérotonine (SSRI) qui augmentent la sérotonine dans le cerveau.

Thérapie d'Electroconvulsive (ECT)

peut être employé quand le médicament n'est pas une option viable, ou non efficace, ou dans les cas du débilitation grave ou à haut risque du suicide.

Rappelez-vous que... la dépression n'est

PAS une faute de caractère

PAS un signe de caractère faible

PAS contagieux

Les informations fournies sont sujettes au changement sans avis.