



Les interactions médicamenteuses, Attention!

Par Brigitte Boulard, étudiante d'été

Il arrive souvent qu'une personne souffrant de maladie mentale doive prendre des médicaments pour réduire ses symptômes. Dans ces cas, le rôle du psychiatre est de trouver avec la personne atteinte un juste équilibre entre les bienfaits du médicament, la réduction des symptômes, et ses effets secondaires. Lorsque cet équilibre est optimal, la personne va mieux tolérer le médicament et sera sur la voie du rétablissement.

Comme plusieurs d'entre vous le savent, cela peut prendre un certain temps et plusieurs essais de médicaments différents avant de trouver cet équilibre. Par contre,

saviez-vous que l'utilisation de médicaments supplémentaires, psychiatrique ou autres, ainsi que certaines autres substances telles que les drogues, l'alcool et le tabac peuvent compliquer l'équation? Saviez-vous que 92% des personnes prenant des antipsychotiques atypiques (APA) prennent au moins un autre médicament et que 67% en prennent au moins trois de plus? La plupart du temps, ces médicaments additionnels sont des antidépresseurs, des médicaments cardiovasculaires, des anticonvulsants, des analgésiques, des

anxiolytiques et des médicaments qui contrôlent l'acidité.

En effet, certains médicaments psychiatriques tels que les APA peuvent interagir avec d'autres médicaments et substances. Le risque d'interaction des APA est élevé puisqu'ils sont métabolisés dans le foie comme plusieurs autres médicaments et substances. La plupart du temps, ce sont les effets des APA qui sont modifiés par les autres substances et non le contraire. Le résultat de ces interactions est un changement du niveau d'APA dans le sang qui peut se traduire en intensification des effets secondaires ou en affaiblissement des bénéfices thérapeutiques. Il est impor-

Continuation page 2

Que se passe-t-il après une requête pour une évaluation psychiatrique (Ordre de la cour)? Par Sheryl Bruce, conseillère

Aux Amis de la santé mentale, nous rencontrons des membres de familles aux prises avec une personne atteinte de maladie mentale. Certains nous sont référés dans le but de compléter une requête pour évaluation psychiatrique. Ils sont sou-

vent en détresse, craignant pour la sécurité de leur être cher ou de leur entourage. Une requête pour évaluation psychiatrique est une mesure désespérée qui doit être complétée avec urgence. Souvent,

nous n'avons que le temps d'aider la personne à faire face aux émotions suscitées par ce formulaire. Nous pouvons par contre l'aider émotivement *après la requête*. Nous sommes là pour vous appuyer durant toute l'é-

Continuation page 5

Dans ce numéro:

Les interactions médicamenteuses	1 &
Que se passe-t-il après une requête pour une évaluation psychiatrique (ordre de la cour)?	1 & 5
Calendrier d'événements	3
Info FMH	4
La psychologie du bonheur	6
Régime enregistré d'épargne-invalidité	7
Varia	8

Les Amis de la santé mentale, banlieue ouest

750, ave. Dawson,
Dorval, Québec H9S 1X1
Téléphone: (514) 636-6885
Télécopieur: (514) 636-2862
Courriel: asmfmh@qc.aira.com
Web - www.asmfmh.org

Les interactions médicamenteuses, Attention! (continuation de la première page)

tant d'être conscient que ces interactions peuvent être potentiellement très dangereuses puisque le résultat peut être une augmentation incontrôlée de la puissance du médicament, même si le dosage du traitement n'a pas changé.

Prenons par exemple l'érythromycine, qui est un antibiotique. Lorsque prise en même temps qu'un certain antipsychotique, l'érythromycine peut augmenter la concentration de l'antipsychotique dans le sang jusqu'à 70%. Le résultat peut être de l'agitation, des palpitations et même une surdose.

Le cas contraire se produit lorsqu'un fumeur prend des APA tels que l'olanzapine. Les produits chimiques absorbés en fumant la cigarette vont agir sur une enzyme du foie qui réduira l'efficacité de l'olanzapine jusqu'à 30%, donc le médicament ne sera pas aussi efficace. De plus, il est normal et même très sain qu'un fumeur décide de cesser de fumer. Par contre, ce changement va perturber l'équilibre atteint avec l'APA qui sera élevé jusqu'à 30% dans le sang comme dans le cas de l'érythromycine. Si la dose de l'APA n'est pas ajustée, les effets du changement peuvent inclure des étourdissements et de la constipation, ce qui peut décourager la personne à poursuivre son traitement et augmenter les risques de rechute.

Si vous ou votre proche prenez plusieurs médicaments, il est fortement suggéré de;

- dire à votre médecin quelle quantité de tabac vous prenez si vous fumez et informez-le de tout changement, surtout si vous planifiez arrêter de fumer,

- toujours questionner le médecin ou le psychiatre au sujet des inte-

ractions possibles,

- ne pas ajouter de nouveaux médicaments ou produits dits «naturels» sans en parler au médecin,

- prendre note de tous les médicaments et doses et assurez-vous que tous vos médecins sont sur cette liste,

- exécutez toutes vos ordonnances dans la même pharmacie,

Sources;

Comorbidité et polypharmacie. (2007). *Défi Schizophrénie*, 12, 6.

Lin, P.,J. Les interactions médicamenteuses: Quels sont les dangers réels?

Pourquoi ne doit-on pas prendre de jus de pamplemousse avec certains médicaments?

Saviez-vous que le jus de pamplemousse peut interagir avec certains médicaments tels que le Valium, le BusPar et le Zoloft, ainsi qu'avec certains médicaments pour réduire le cholestérol et la haute pression? Cette interaction se passe dans l'intestin où plusieurs enzymes telles que le CYP3A agissent. Normalement, le CYP3A régularise l'absorption de certaines substances dans le sang, mais empêche aussi une portion des médicaments que nous avons mentionnés à être absorbés en les détruisant partiellement. Ceci est un événement normal dans le corps humain qui est pris en considération lorsque le médicament est prescrit.

Le jus de pamplemousse contient des substances chimiques, notamment les furanocoumarines, qui réduisent l'action du CYP3A. Le résultat est une augmentation de la concentration du médicament dans le sang. Ceci pourrait nous porter à croire que le jus de pamplemousse

pourrait augmenter l'efficacité du médicament, mais la réalité est que cette augmentation non contrôlée peut augmenter les effets secondaires du médicament et même devenir très dangereuse!

Donc, si vous aimez le jus de pamplemousse et devez prendre un médicament qui interagit avec

Saviez-vous que le jus de pamplemousse peut interagir avec certains médicaments tels que le Valium le BusPar et le Zoloft, ainsi qu'avec certains médicaments pour réduire le cholestérol et la haute pression?

ce jus, parlez-en avec votre médecin! Vous pouvez aussi changer vos habitudes et boire du jus d'orange à la place ou demander à votre médecin s'il peut vous prescrire un médicament similaire qui ne causera pas d'interaction. Pour ceux et celles qui ne peuvent imaginer leur matin sans jus de pamplemousse, soyez patients puisque plusieurs chercheurs sont en train de développer des jus de pamplemousse sans furanocoumarines!

Sources;

Grapefruit and medication, A cautionary note,. (November 2005) *Harvard Men's Health Watch*.

McCloskey, William W. PharmD, RPh; Zaiken, Kathy PharmD, RPh; Couris, R. Rebecca PhD, RPh. Clinically Significant Grapefruit Juice-Drug Interactions, (2008). *Nutrition Today*, 34,1.

CALENDRIER DES ÉVÉNEMENTS

Au 750 ave. Dawson

POUR LES AIDANTS

LE COURS FAMILLE-À FAMILLE DE NAMI POUR AIDANTS NATURELS

Open Your Mind



Mental illnesses
are brain disorders
©NAMI

Le cours *Famille-à-famille* de NAMI (National Alliance for the Mentally Ill), sera donné, en anglais, à Les Amis de la santé mentale, banlieue ouest. Le cours débutera **le lundi 22 septembre de 19h00 à 21h00**. Ce cours de **douze** semaines portant sur les désordres mentaux, s'adresse aux membres de famille ayant un proche atteint. Donné par des proches spécialement formés, le cours aborde des sujets tel que: les périodes critiques de la schizophrénie et de la maladie bipolaire, les troubles de panique et obsessionnels compulsifs, le désordre de la personnalité, la biologie du cerveau, la communication avec la personne atteinte, la réhabilitation et la lutte contre la stigmatisation, etc. Il offre aux aidants des ateliers sur la résolution des problèmes et permet l'échange des expériences familiales.

Le nombre de places est limité, inscrivez-vous rapidement! Appelez au 514-636-6885

FORMATION DU TROUBLE DE LA PERSONNALITÉ LIMITE

(Gratuit, en français)

Pour les familles dont un proche souffre du trouble de la personnalité limite. Ce programme psycho-éducatif vise à informer les proches sur le trouble, ses manifestations et ses enjeux, et les incite à mettre en place des changements qui amélioreront leur qualité de vie et celle de la personne atteinte. Débuté en septembre.

Inscription obligatoire– Info et dates: (514) 636-6885

LES ATELIERS D'ART THÉRAPIE AVEC KARIN DEROUAUX

Le lundi de 15h00 à 17h00 et de 19h00 à 21h00

Débuté le 22 septembre

Appelez S.V.P. pour l'inscription avant le 15 septembre (514) 636-6885

SORTIE AU MUSÉE DES BEAUX ARTS (gratuit)

10h00 à 12h00 –visite d'une heure et atelier d'une heure

Le **jeudi 16 octobre**: *Art et musique*– visite guidée suivie d'un atelier de dessin

- ◆ Nous nous rencontrons à 9h45 au coin de Crescent et Sherbrooke (devant le nouvel édifice)



POUR LES CLIENTS

SOUPERS COMMUNAUTAIRES-Vendredi à 17h00 (\$3)

Le 12 septembre: Bar-B-Q

Le 10 octobre: Dinde

Le 14 novembre: Lasagne

R.S.V.P. Mary (514) 694-8344

Conférence

LA MALADIE MENTALE: QUELS SONT VOS RECOURS LÉGAUX?

(Gratuit, français et questions bilingues)

Le mercredi 15 octobre 2008 à 19h00 (18:30 buffet)
Invité: Dr. Gilles Chamberland, l'Hôpital du Sacré Cœur
 Au Centre communautaire de Dorval- Sarto Desnoyers
 1335 Bord-du-lac, Dorval
Information (514) 636-6885

Cette conférence est possible grâce à un de don de



Nouvelle conseillère aux Amis

En remplacement d'Audrey Coulombe qui nous a quitté en mai pour poursuivre d'autres opportunités, nous avons engagé une nouvelle conseillère, **Lucy Lu**, pour le Programme de soutien aux familles. Nous souhaitons à Audrey le meilleur des succès et accueillons chaleureusement Lucy. Bienvenue!

Le prix Gen Steventon

C'est avec grand plaisir que *Les Amis de la santé mentale* présente son gagnant du Prix Gen Steventon 2008, William Prickett, un bénévole qui a contribué grandement au mandat de *Les Amis de la santé mentale*.

William est membre de l'association depuis 2002 et fait partie de notre Conseil d'administration depuis 2006. C'est un homme dynamique et toujours plein de nouvelles idées pour faire avancer la cause des familles, tant au niveau des levées de fonds que pour les bénévoles.

William a été très impliqué dans notre Programme d'éducation de famille à famille de NAMI; il a été l'enseignant de ce cours de 12 semaines pendant cinq sessions!

Il est très généreux de son temps, toujours disponible et très dévoué!

Au nom de tous et spécialement au nom de toutes nos familles, nous te remercions du fond du cœur. **Lucie Dicepola**, (à gauche) directrice générale, présente le prix Gen Steventon à **William Prickett**.



Nouveau conseil d'administration pour 2008-2009



De gauche à droite; Danielle Brisebois (vice-présidente), Ginette Laurin, Maurice Morin (président), Doris Morgan (trésorière), Sandra Markland (secrétaire), William Prickett and Judy Greffard. Paule Bachand, Nadia Bretous, Ursula Kurz et Terry Webster sont absents.

Don In Memoriam

"Les Amis" offre ses plus profondes et sincères condoléances aux familles qui ont perdu un être cher.



Une façon de célébrer leur mémoire est de faire un don aux *Amis*. Carol McCormick a offert un don aux *Amis* à la mémoire de Sean Kennedy. Les *Amis* la remercie profondément de soutenir sa cause.

Condoléances

Au nom de *Les Amis de la santé mentale*, nous aimerions présenter nos profondes sympathies à la famille de **Robert Gentes** qui est décédé subitement le 7 août 2008.

Que se passe-t-il après une requête pour une évaluation psychiatrique? (continuation de la première page)

preuve.

Compléter une requête pour une évaluation peut causer du stress. Vous pourrez ressentir des sentiments de culpabilité ou de soulagement. Laissez-moi vous dire que vous n'avez pas le choix. S'il y avait eu une autre solution, vous l'auriez choisie. Pour la plupart, vous auriez tenté de convaincre le malade de prendre ses médicaments ou de consulter un médecin. Vous auriez peut-être hésité avant d'agir, croyant que le danger n'était pas si grand. Vous auriez eu tort de nier la réalité. Ne croyez pas que le malade ne pourrait pas se blesser lui-même ou faire du mal à d'autres. Lorsque le malade devient instable ou psychotique, le danger augmente rapidement. Les accidents arrivent lors de telles hésitations, dans des moments de stress et/ou de déni de la réalité. Si le malade ne peut plus contrôler ses émotions, vous et votre famille pouvez être en danger.

Malgré la présence de danger, certains parents ou conjoints refusent d'agir par peur du malade et de ses réactions. Il faut alors établir correctement les priorités. Est-ce que vous permettriez la personne de vous atteindre physiquement plutôt que de la faire «souffrir» pour une courte période en l'obligeant de se rendre à l'hôpital? Dans de tels cas, il faut préférer l'imposition d'une évaluation pour un bénéfice à long terme aux inconvénients à court terme. On sait maintenant qu'une personne souffrant de schizophrénie pourra retrouver la santé beaucoup plus facilement si elle est traitée rapidement, avant le développement de problèmes secondaires. Les personnes non traitées perdent leur estime de soi et leur confiance en soi, ce qui nuira à leur guérison éventuelle.

Alors, que se passe-t-il après une requête pour une évaluation psychiatrique?

J'ai noté des réactions diverses de la part des membres de la famille. Certains sont soulagés d'avoir agi face à une situation de crise. Ils veulent alors se détacher de la situation et éviter toute autre rencontre avec le proche. D'autres sont tellement stressés par les événements, après avoir vu leur malade appréhendé par la police, qu'ils

ne peuvent plus accepter d'informations nouvelles. Dans tous ces cas, il faut ren-

contrer le malade et discuter dès ses sentiments suite à l'intervention de la cour. Lors de l'appréhension, les policiers vont discuter avec le malade sur les façons de l'amener à l'hôpital. La force n'est pas l'option préférée.

Leur but est de persuader la personne d'aller à l'hôpital pour une évaluation. La force devra être utilisée par les policiers ou le personnel ambulancier seulement si le malade résiste. Les intervenants ont le droit de se protéger eux-mêmes de toute blessure. Ils doivent parfois menotter le malade ou l'attacher à la civière. Dans d'autres cas, ils peuvent discuter avec le malade pendant de longues heures dans le siège arrière de l'auto de patrouille afin de le persuader de collaborer.

Tout cela peut être traumatisant pour la personne atteinte de maladie mentale, mais pas toujours. Les événements traumatisants sont habituellement un résultat de ses réactions aux contacts avec la police, les infirmières et les médecins. La personne doit apprendre à accepter que l'intervention soit nécessaire à son bien-être. Elle doit accepter que aller à l'hôpital est indispensable. Elle doit comprendre que *vous regrettez d'avoir été obligé d'agir ainsi, mais que vous ne pouviez vivre avec les conséquences possibles, soit le danger pour le malade ou les autres personnes.*

Cela dit, je me rends compte qu'il faut analyser le processus. Lors de votre prochaine visite à l'hôpital, le malade peut avoir consenti, ou non, au traitement ou à l'hospitalisation. Il peut être détenu, en attente d'une évaluation psychiatrique. (Après un maximum de 72 heures, un deuxième examen psychiatrique déterminera le niveau de danger). A ce moment-là, la personne peut être en colère. Visitez alors rapidement, prononcez seulement quelques mots et promettez de revenir bientôt. Voyez à ses besoins en vêtements ou articles de toilette. Si la personne est retenue après 72 heures, les médecins et infirmières vont essayer de persuader le malade de prendre

ses médicaments. Sinon l'hôpital ira chercher un autre ordre de la cour pour le garder à l'hôpital, s'il représente toujours un danger. Une fois la personne médicamentée, vous pouvez échanger sur la nécessité de cette procédure. Écoutez le malade s'exprimer, sans réagir à sa colère. Ne vous excusez pas d'avoir demandé la requête. **Excusez-vous seulement des sentiments que cela a provoqués.**

Vous pouvez regretter la façon dont cela s'est déroulé, ce qui était hors de votre contrôle. Mais vous savez que quelque chose devait être fait pour l'aider et vous étiez le dernier à pouvoir prendre la responsabilité. Il sera peut-être plus facile d'accepter la colère de la personne plutôt que votre sentiment de culpabilité. Si vous vous sentez coupable, venez nous rencontrer aux Amis de la santé mentale. Nous sommes présents pour vous parler et vous aider à surmonter l'épreuve.

Si le malade refuse de vous parler, écrivez une lettre. Le Dr. Xavier Amador a écrit deux chapitres à ce sujet dans son livre "I'm not sick, I don't need help!!!" (Je ne suis pas malade, je n'ai pas besoin d'aide). Il a dû faire interner son frère à plusieurs reprises et a appris ce qui suit:

À faire: Reconnaître leur sentiment de trahison. Demander pardon. Expliquez pourquoi il vous fallait agir ainsi. Mentionner que vous le ferez encore.

À ne pas faire: Nier le sentiment de trahison. S'attendre à être pardonné. Blâmer le malade de la situation qui vous a obligé à agir. Cacher vos intentions futures.

Je ne recommande pas de vous excuser de votre action, mais plutôt de ce que le malade a dû subir.

Je termine par quelques mots d'encouragement. Il arrive fréquemment que la personne hospitalisée finisse par remercier le proche qui a demandé la requête lorsqu'elle se rend compte que cela l'a aidé à reprendre le contrôle de sa vie. Il s'agit alors d'une étape importante dans la voie vers le rétablissement.

Traduction par Claude Renaud

LA PSYCHOLOGIE DU BONHEUR

Est-il possible de mesurer le bonheur? Alors que, traditionnellement, la psychologie s'est penchée sur les troubles mentaux et les problèmes que vivent les êtres humains, la psychologie positive s'intéresse aux gens heureux. La recette du bonheur existerait-elle?

Origines de la psychologie positive

La psychologie positive est une branche de la psychologie cognitive basée sur des fondements humanistes. Elle a pris naissance à la fin des années 1990, avec le psychologue et professeur Martin Seligman, qui a mis sur pied le Positive Psychology Center, à l'Université de Pennsylvanie.

Il y a 10 ans encore, 90 % des articles scientifiques en psychologie étaient consacrés aux problèmes des individus et le but principal était d'aider une personne à passer de -5 à 0 sur une échelle de satisfaction (bien-être). L'arrivée de la psychologie positive permet à chacun de passer de 0 à +5 sur la même échelle, en mettant l'accent, non sur ce qui va mal dans sa vie, mais sur ce qui va bien, et de miser plutôt sur ses forces que sur ses faiblesses.

Les six traits positifs de l'être humain

Le *Character Strengths and Virtues. A Handbook and Classification*, de Peterson et Seligman (2004) a dressé la liste des six traits (ou caractéristiques) positifs de l'être humain. Certains traits favoriseraient le bonheur et le bien-être. Quels sont-ils?

- La sagesse et la connaissance, incluant la curiosité, la créativité et l'ouverture d'esprit.
- Le courage, qui comprend la persévérance, l'authenticité et l'enthousiasme.
- L'humanité, qui inclut l'amour, l'intelligence émotionnelle et la bienveillance.
- La justice, y compris la responsabilité sociale et le leadership.
- La tempérance: ce sont les forces qui protègent contre les excès. Incluant la prudence,

l'humilité et le pardon.

- La transcendance: savoir apprécier la beauté, avoir de l'espoir, de la gratitude, de l'humour et une vie spirituelle.

Les ingrédients du bonheur

Les psychologues optimistes ont établi une liste des ingrédients nécessaires au fonctionnement humain optimal.

Avant tout, un bon réseau social paraît essentiel au bonheur. Les personnes les plus heureuses sont plus souvent en compagnie d'autres personnes. Un professeur de l'Université de Warwick, en Grande-Bretagne, a même calculé que l'impact psychologique de ne pas avoir d'amis équivaut à un manque à gagner d'environ 100 000 \$ canadiens!

Le père de la psychologie positive, Martin Seligman, explique de son côté que la simple poursuite du plaisir ne conduit pas à un bien-être durable. Ce qui construit le bonheur, c'est davantage l'engagement, que ce soit en amour, au travail ou ailleurs. Les gens ont besoin de donner un sens à leurs actions et de contribuer au bien-être des autres.

Les gens qui croient en quelque chose de plus grand qu'eux semblent aussi plus heureux, tout comme ceux qui ont l'habitude d'être gentils et d'apprécier ce que la vie leur apporte.

Enfin, ceux qui ont la chance de connaître leurs forces et de les exploiter dans leur travail, dans leur passion ou dans leurs activités quotidiennes en retirent une grande satisfaction.

Et l'argent, dans tout ça? Il semble qu'à partir du moment où une personne intègre la classe moyenne, la hausse des revenus ne constitue plus pour elle un facteur de bonheur.

Le quotient intellectuel et le niveau d'éducation ne feraient eux non plus pas partie des ingrédients qui influencent le bonheur. Même la température n'aurait pas d'effet! Et, les belles personnes ne seraient pas plus heureuses, mais les gens mariés, oui.

On sait aussi que le bien-être est génétique à 50 %, c'est-à-dire que si vos parents étaient heureux, vos chances sont plus grandes de l'être. De la même façon, le meilleur prédicateur de votre bonheur futur est votre bonheur actuel. Des recherches

ont en effet démontré que, un an après avoir remporté à la loterie, les gagnants étaient revenus au même niveau de bonheur qu'auparavant. La même chose pour les personnes ayant subi des séquelles à la suite d'un accident.

Se reconditionner au bonheur?

Est-il possible d'améliorer son niveau de bonheur? Eh bien oui! Mais pour ça, il faut reconditionner son cerveau. Par exemple, on arrête de se comparer et on essaye de porter davantage attention à ce qui va bien qu'à ce qui va mal. Voici quelques façons d'améliorer votre niveau de bonheur:

- Soyez gentil.
- Profitez des petits bonheurs de la vie.
- Ayez un mentor.
- Apprenez à pardonner.
- Investissez temps et énergie dans la famille et les amis.
- Prenez soin de votre corps et de votre santé.
- Développez des stratégies pour faire face au stress et aux difficultés.

Petits exercices

Martin Seligman a développé des exercices simples et efficaces pour améliorer le bien-être. L'un d'eux consiste à tenir un journal dans lequel on écrit, chaque soir, trois choses positives qui nous sont arrivées au cours de la journée et de quelle façon on y a contribué.

L'exercice de gratitude est lui aussi très efficace. On pense à une personne à qui on est reconnaissant, on lui écrit une lettre et on la lui offre. Des études ont prouvé que le taux de satisfaction de notre propre vie s'améliore par la suite, et l'effet dure jusqu'à un mois!

Enfin, poser un geste d'altruisme ou de gentillesse rend heureux. Pourquoi? Parce que donner nous fait nous sentir bien face à nous-mêmes. Tiré de www.servicevie.com

Par Katia Mayrand

www.servicevie.com/02sante/Dossier/La_psychologie/La_psychologie_du_bonheur_d.html

Régime enregistré d'épargne-invalidité

Qu'est-ce que le Régime enregistré d'épargne-invalidité (REEI)?

Le Régime enregistré d'épargne-invalidité est un nouveau régime qui permettra d'investir des fonds libres d'impôt jusqu'au retrait. Il a pour but d'aider les parents et d'autres personnes à épargner pour assurer la sécurité financière à long terme d'un enfant ayant une invalidité. La structure du régime est similaire à celle du Régime enregistré d'épargne-études.

Les cotisations au REEI seront admissibles à la nouvelle Subvention canadienne pour l'épargne-invalidité (SCEI). Un nouveau Bon canadien pour l'épargne-invalidité (BCEI) est aussi offert aux particuliers dont le revenu familial net est relativement faible.

Qui sera admissible au Régime enregistré d'épargne-invalidité (REEI)?

Toute personne qui est :

- admissible au crédit d'impôt pour personnes handicapées et qui réside au Canada;
- un parent ou le représentant légal d'une personne qui est résidente du Canada et qui est admissible au crédit d'impôt pour personnes handicapées.

Qui peut cotiser à un REEI et pour quel montant?

N'importe qui peut cotiser à un REEI. Toutefois, les cotisations sont limitées à un maximum à vie de 200 000 \$ au profit de l'enfant, sans aucune limite annuelle. Les cotisations seront autorisées jusqu'à la fin de l'année où l'enfant atteint 59 ans.

Quand le régime enregistré d'épargne-invalidité (REEI) entrera-t-il en vigueur?

Consultez souvent le site Web de l'Agence du revenu du Canada (ARC); tous les nouveaux formulaires et les nouvelles politiques et lignes directrices seront affichés sur le site Web de l'ARC dès qu'ils seront disponibles.

Que sont les Subventions canadiennes pour l'épargne-invalidité et les Bons canadiens pour l'épargne-invalidité?

Il s'agit de deux programmes conçus pour accroître les fonds du REEI. Le gouvernement cotisera, sous forme de Subventions canadiennes pour l'épargne-invalidité, des fonds équivalents à un taux allant de 100 % à 300 % des cotisations au REEI, jusqu'à concurrence de 3 500 \$, selon le revenu net de la famille du bénéficiaire. Le gouvernement contribuera aussi jusqu'à 1 000 \$ annuellement aux Bons canadiens pour l'épargne-invalidité, selon le revenu net de la famille du bénéficiaire.

Où puis-je obtenir plus de renseignements sur le Régime enregistré d'épargne-invalidité (REEI)?

Des renseignements additionnels concernant ce régime seront bientôt disponibles. Veuillez consulter régulièrement le site Web de l'ARC www.cra-arc.gc.ca/agency/budget/2007/rdsp-f.html pour des mises à jour. D'ici là, consultez les documents du ministère des Finances portant sur le budget de 2007 pour en savoir plus.

FORMULAIRE D'ADHÉSION & DON

Les Amis de la santé mentale banlieue ouest

750, Ave. Dawson, Dorval, Québec H9S 1X1
Téléphone: (514) 636-6885 Télécopieur: (514) 636-2862
Courriel: asmfmh@qc.aira.com. Site web - www.asmfmh.org

Être membre de l'association donne accès à tous nos services: consultation, répit, conférences, groupes de soutien, ateliers de discussion, bulletin de nouvelles, bibliothèque où il y a des livres et des vidéocassettes traitant de divers aspects de la maladie mentale. Votre appui nous permet de défendre les droits des personnes atteintes de maladie mentale et de leurs proches.

Date: _____
Renouvellement Nouveau membre
 Nom _____
 Adresse _____
 Ville _____
 Code postal _____
 Téléphone (rés.) _____ (bur.) _____
 Courriel _____

* Vous pouvez devenir membre gratuitement si vous avez un budget limité.

ADHÉSION 20\$

MEMBRE

- J'ai un proche qui a une maladie mentale

MEMBRE AFFILIÉ

- Je suis une personne atteinte
 Intervenant (e) ou organisme en santé mentale

DON

Je désire faire un don

- \$25 \$100
 \$50 \$500 Autre _____
 En honneur de A la mémoire de _____

NOM ET ADRESSE

Cotisation (\$20 annuel): \$ _____
 Don: \$ _____
 Montant total inclus: \$ _____

Aimeriez-vous que votre nom soit publié sur notre liste de remerciement? oui non

- un reçu d'impôt sera donné pour des dons de \$20 ou plus

VOUS PRÉFÉREZ RECEVOIR VOTRE CORRESPONDANCE

- en français en anglais

OPPORTUNITÉS DE BÉNÉVOLAT

Nous sommes présentement à la recherche de bénévoles pour distribuer des pamphlets d'information à des cliniques, CLSC, quartier de police, etc., dans la banlieue ouest. Si ce projet vous intéresse, vous pouvez nous rejoindre au (514) 636-6885.

Donnez-nous votre adresse internet, nous pouvons vous tenir au courant de nos nouvelles et évènements le plus récents.

Merci!

Nous aimerions remercier ces organismes et fondations pour leur appui:

CLD banlieue ouest

Fondation de bienfaisance des employés de BMO

La ligue de hockey les anciens de Dorval

Ville de Kirkland



Les Amis aimeraient remercier Élisabeth Farkas pour avoir organisé une levée de fonds de vente de déménagement ainsi que les bénévoles Nicole Farkas, Ann Howard, Leili Tah-tolkasaei, Terry Webster et Diane Webster. À la suite de leurs efforts, elles ont ramassé 500 \$ pour les Amis. Merci!

Globe and Mail series "Breakdown: Canada's mental health crisis"

Le journal canadien national, The Globe and Mail a présenté un article de fond en détail intitulé "Effondrement: La crise en santé mentale au Canada" du 20 au 28 juin dernier examinant l'effet que la maladie mentale a sur la vie des personnes atteintes, le lieu du travail et l'économie canadienne.

Cette série extensive touche sur plusieurs différents points de vue, de la perspective familiale à l'expérience de la personne atteinte aux solutions possibles.

Vous pouvez visiter leur site web au globeandmail.com/breakdown pour voir la liste des articles au complet.

Bravo pour Postes Canada!

Postes Canada émet un timbre au profit de la santé mentale et établit la Fondation de Postes Canada pour la santé mentale

Ottawa Le 18 juin 2008-Moya Greene, présidente-directrice générale de Postes Canada, a annoncé aujourd'hui la création de la Fondation de Postes Canada pour la santé mentale. Cet organisme, qui sera administré par un conseil indépendant d'experts en matière de santé mentale, recevra les fonds amassés par Postes Canada et ses employés, ainsi que par d'autres Canadiens, et les affectera là où ils seront le plus utiles aux personnes directement touchées par la maladie mentale. Le rôle de la Fondation est de sensibiliser la population aux incidences de la maladie mentale sur la vie des Canadiens et de s'efforcer d'éliminer le caractère honteux qu'on lui attribue, tout en aidant les patients et leurs proches à faire face à ce type de maladie. En outre, comme première activité de financement, Postes Canada a annoncé l'émission d'un timbre commémoratif PERMANENT^{MC} au bénéfice de la santé mentale. La vignette coûtera 10 cents de plus que le timbre courant, ce don étant destiné entièrement à la Fondation de Postes Canada pour la santé mentale. Le lancement de la vignette est prévu pour le 6 octobre, de telle sorte qu'il coïncidera avec la Semaine de sensibilisation aux maladies mentales (SSMM), commanditée par Postes Canada.

