

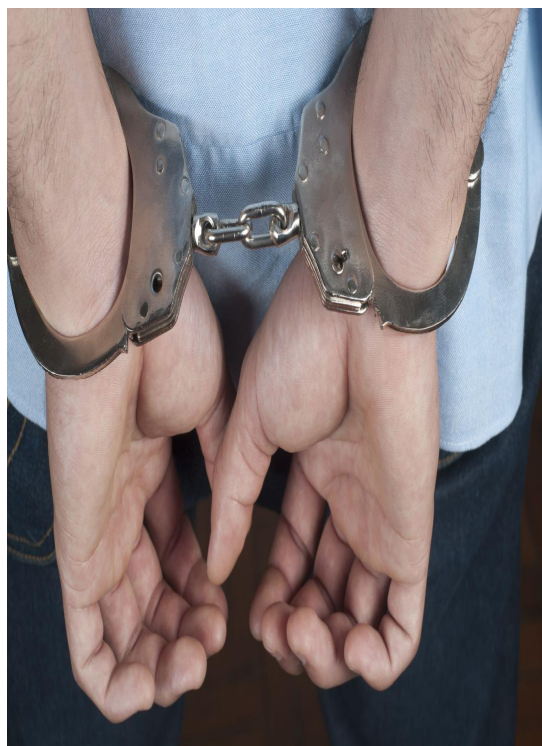
L'Éditorial des familles



Des nouvelles de Relais Famille...

2016 n°5 Mai 2016

Le mois de mai chez Relais Famille a été des plus mouvementés. En effet, plusieurs activités ont eu lieu.



Le 5 mai 2016, nous avons la chance d'avoir un témoignage d'un père institutionnalisé en présence de son fils et de sa mère afin de nous livrer un témoignage empreint d'émotions.

Au total, 31 personnes étaient présentes, dont 15 membres!

Cette présentation visait l'atteinte de 2 buts, soit de donner espoir aux familles que les délinquants peuvent changer et de nommer l'importance de la famille dans la réinsertion sociale d'une personne criminalisée. Dans un récit émouvant, monsieur Landsky a exposé son passé criminel, sa dépendance et ce qui a été le point tournant pour modifier sa vie. Il a longuement expliqué en quoi le processus du changement vient tout d'abord de la personne contrevenante et que la famille ne peut que soutenir cette personne à travers cette étape. Aussi, il a expliqué à quel point sa mère et son fils ont été un point d'ancrage important pour qu'il se prenne en main.

Au terme de la conférence, il a lancé différents messages empreints d'espoir aux familles. Belle expérience !

Le 9 mai 2016, une conférence contre l'épuisement personnel et professionnel a été animée par Mme Lord, psychologue. Cette présentation visait principalement à expliquer les conséquences de l'épuisement sur l'être humain, l'importance d'imposer ses limites et de les respecter auprès des tierces personnes. Il est primordial de retrouver un état d'équilibre, tant au travail que dans notre vie personnelle. Finalement, l'accent était mis sur le fait de se mettre en mode «action» et ne pas attendre que les choses changent d'elles-mêmes. C'est-à-dire d'investir les efforts nécessaires afin de retrouver un équilibre et ne plus se sentir dépassé par les événements. **La phrase clé de cette conférence : Il ne faut pas brûler la chandelle par les deux bouts !**

Au total, 9 personnes ont assistées à cette présentation.

Le 15 mai 2016, dans le cadre de la semaine de la Famille, notre organisme a organisé une panoplie d'activités gratuites pour toute la famille ! Sur place, il y avait de l'animation pour les tout-petits, du maquillage pour les enfants, de l'artisanat pour tous ainsi que des jeux de société pour adultes et enfants.

12 personnes y ont participées , dont 2 enfants.



Le 25 mai 2016, un 2e atelier créatif s'est tenu dans nos locaux. Cette fois-ci, nous avons la chance de recevoir gratuitement une diplômée en arts qui a enseigné des techniques de peinture. Une belle activité de création qui a permis aux membres de tisser des liens dans un contexte plus informel.

Au total, 7 personnes ont pris part à cet atelier.

Dates importantes à retenir:

Jeudi 2 juin (18h00-20h00): Activité de méditation pleine conscience

Lundi 6 juin (17h30-19h00): Groupe de discussion thématique «Les enjeux de la réinsertion sociale et le rôle de la famille»

Lundi 13 juin (17h30-19h30): Atelier d'écriture (art-thérapie)

Lundi 20 juin (dès 17h30): Assemblée générale annuelle de Relais Famille

Assemblée Générale Annuelle

Lundi, 20 juin 2016
Au 660, Rue Villeray, Montréal, H2R 1J1

Buffet servi à partir de 17:30
Début de l'assemblée générale à 18:00

Lundi 27 juin (17h30-19h00): Groupe de discussion thématique «La notion de pardon. Doit-on tout pardonner, quelles sont vos limites?»

Varia:

En lien avec le témoignage présenté par M. Landsky le 5 mai dernier, une lecture à ouvert les échanges. Il s'agit de la Prière de la Sérénité. Bien que Relais Famille n'ait aucune appartenance religieuse, le texte est rempli d'espoir et de sagesse, c'est pourquoi nous vous le partageons.

Prière de la Sérénité

Mon Dieu, donne moi la sérénité d'accepter les choses que je ne peux changer
Le courage de changer les choses que je peux et la Sagesse d'en connaître la différence.

En vivant un jour à la fois,

En jouissant d'un moment à la fois,

En acceptant l'adversité comme le chemin de la paix,

En prenant, ce monde pleins de fautes tel qu'il est, pas comme je le voudrais

Confiant qu'il arrangera toutes choses pour le mieux, si je me soumetts a sa volonté

Pour que je sois raisonnablement heureux dans cette vie

Prière présentée par M. François Landsky le 5 mai dernier.

Puisse ces paroles vous aider à surmonter vos difficultés quotidiennes et vous donner espoir.

CITATION DU MOIS:

*«Quoi qu'il arrive, crois en la vie, crois en demain, crois en ce que tu fais,
mais surtout, crois en toi !»*

RELAIS FAMILLE EST LÀ POUR VOUS!

www.relaisfamille.org
Info@relaisfamille.org
660, rue Villeray (local 2.103)
Montréal, Québec
H2R 1J1
(514) 419-6632

Rédactrice: Sabrina Moroni, Coordonnatrice/Intervenante chez Relais Famille