

# MAISON VIVRE

Une intervention thérapeutique globale, humaniste et libératrice pour les personnes aux prises avec la dépression. Qui peut y échapper?



M. Gérald Mongeau, directeur

Structurée, encadrée par des professionnels, vivante et réaliste, les mots ne sont pas assez forts pour décrire la démarche de la Maison Vivre. Le but est de soutenir et d'aider les personnes dans un état dépressif afin qu'elles retrouvent l'harmonie et l'équilibre, passage obligé vers leur réinsertion sociale. Que la Maison Vivre lui soit recommandée par un établissement de santé ou qu'elle vienne d'elle-même, la personne est d'abord informée par téléphone du programme offert avant de se présenter sur les lieux pour juger s'il lui convient. Une professionnelle la contacte alors (par téléphone) pour comprendre sa situation. Puis, à son arrivée, deux thérapeutes lui consacrent une demi-journée, passant en revue son histoire, de la naissance jusqu'au moment présent. Si le tout convient, on fixe la date du début de la thérapie. La démarche est axée sur l'écoute, le respect et la confiance. C'est par des rencontres de groupe de quinze personnes et en séances individuelles hebdomadaires, quatre jours par semaine, pendant une durée minimale de trois mois, que les personnes s'engagent dans un cheminement thérapeutique. Afin de faciliter la démarche et de favoriser un dénouement positif, des ateliers d'art et en santé corporelle (yoga, tai-chi, massages) sont au programme. Selon le thème choisi, deux après-midi sont également consacrés à la thérapie de groupe. Le lundi est réservé à la création d'une œuvre et, par la suite, à son observation. Le jeudi, on va même jusqu'à préparer un repas communautaire où chacun a sa tâche à accomplir. Tout se déroule dans une ambiance joyeuse, même l'accueil du matin qui débute par le dévoilement des états d'âme. « Ici, les gens arrivent avec le goût de mourir et notre fierté est qu'ils quittent avec le goût de vivre », conclut M. Gérald Mongeau, qui œuvre dans l'établissement depuis 23 ans et en est le directeur depuis six ans.

Maison Vivre, pouvons-nous nous en passer? Pour faire un don en ligne : [www.maisonvivre.org](http://www.maisonvivre.org)



1807 Duke, Saint-Hubert  
Tél. : 450 465-0264