



**Titre :** Tous ensemble  
Les effets de la dépression et de la maniacodépression sur les familles.

**Auteur :** Association canadienne pour la santé mentale  
Santé Canada

**Éditeur :** Gouvernement Canada

**Pages :** 55

**ISBN :** 0-662-83462-3

**Année :** 1999

### Table des matières

Introduction	7
Vos Enfants	9
• Qu'est-ce que les enfants disent ?	10
• Faire face à ses sentiments : ce qui aide le plus	13
Les conjoints et les époux	18
• Comment vous sentez-vous ?	18
• Ce que peuvent faire les conjoints	22
• Quelques idées utiles	23
Le patient	28
• Qu'est-ce qui m'arrive ?	28
• Stratégies d'adaptation	32
• S'accepter et s'aider soi-même	35
Surmonter la maladie – traitement et formation	36
• Traitement	36
• Formation	40
• Ressources	44
• Ouvrages	47