
Raising children *and* coping with bipolar disorder?

A new stress management program for **FAMILIES**

The burden of bipolar disorder on families is great, particularly for children. Children raised in a home where a parent suffers from bipolar disorder are at high risk for developing a wide range of behavioural and emotional problems throughout their lives; and are three to four times more likely to develop major depression or bipolar disorder themselves. Researchers have succeeded in identifying key environmental risk factors that can, in theory, be addressed through a psychosocial intervention. We have recently developed a research-based intervention for families having a parent with bipolar disorder, which aims to improve the home environment. We call it the **RUSH** (**Reducing Unwanted Stress in the Home**) program.



Vous élevez un enfant *et* gérez un trouble bipolaire?

Un nouveau programme de gestion du stress pour les **FAMILLES**

Le fardeau du trouble bipolaire sur les familles est accru, surtout pour les enfants. Les enfants élevés dans une maison où l'un des parents a un trouble bipolaire sont à haut risque de développer des problèmes comportementaux et émotionnels au cours de leur vie; et sont de trois à quatre fois plus à risque de souffrir d'un trouble bipolaire eux-mêmes. Des chercheurs ont identifié des facteurs de risque environnementaux qui peuvent, en théorie, être adressés à travers un programme d'intervention. Nous avons récemment développé un programme de recherche visant à intervenir auprès des familles où l'un des parents souffre d'un trouble bipolaire, et réduire le niveau de stress à la maison. Nous l'appelons le programme **RUSH** (**RédUire le Stress où j'Habite**).



**RUSH: Un programme
de gestion du stress
pour les FAMILLES,
développé by le Dr. Mark
Ellenbogen, Université
Concordia**

Nous offrons présentement un **programme gratuit de 12 semaines** pour les familles, visant à réduire le niveau de stress vécu à la maison et améliorer la vie familiale. Des sessions séparées pour les parents et les enfants seront menées en parallèles, et serviront à enseigner des techniques de gestion du stress, de communication, et de résolution de problèmes à la maison. Nous offrons également \$360 pour le temps passé à participer aux autres composantes de l'étude.

Si vous êtes intéressé(e) et avez **1)** un trouble bipolaire diagnostiqué ET **2)** un enfant âgé(e) entre 6 et 11 ans, veuillez nous contacter à l'adresse courriel suivant, ou nous appeler, pour recevoir davantage d'information :

Courriel :
concordia.rush2014@gmail.com

Téléphone :
[\(514\) 848-2424 ext.5213](tel:(514)848-2424x5213)

**RUSH: A stress
management program
for FAMILIES,
developed by Dr. Mark
Ellenbogen, Concordia
University**

We are currently offering a **free 12-week program** for families, aimed at reducing stress in the home and improving family life. There will be parallel sessions for parents and children that aim to improve stress management skills, communication, and problem solving in the home. We also provide \$360 to compensate for time spent participating in other parts of the study.

If you are interested and have **1)** a diagnosis of bipolar disorder AND **2)** a child between the ages of 6 and 11 years, please contact us at the following email address, or give us a call, for more information:

E-mail:
concordia.rush2014@gmail.com

Telephone:
[\(514\) 848-2424 ext.5213](tel:(514)848-2424x5213)