



Mental Illness Awareness Week

October 2-8, 2011



Face-to-Face with **Shana Calixte**

Shana is completing her PhD in Women's Studies at **York University**, is the leader of a community organization, and is a **loving partner and parent**. At the age of 16, Shana was diagnosed with severe **seasonal affective disorder (SAD)**, and after the birth of her son in 2006, she began to experience **postpartum depression**. Despite her lifelong struggles, Shana decided not to allow mental illness to be a barrier to a **fulfilled life**. Today, Shana is the Executive Director of the **Northern Initiative for Social Action (NISA)**, a consumer/survivor initiative, where she proudly provides **assistance to others** living with mental illness. Shana attributes her recovery to **putting her heart into her work**, community support, **speaking publicly** about mental illness, and leading a healthy lifestyle. As a **role model** to people from all walks of life, Shana directly **challenges stereotypes** often attributed to those living with mental illnesses. By **raising awareness** and increasing understanding of mental illness, Shana **inspires others** to realize their gifts and their own potential to **live a full, rewarding life**. For Shana, **Recovery is Possible**.

Go to www.miaaw.ca to get connected.

Follow us on **twitter**  @MIAWCanada

 Find us on Facebook

Mental Illness Awareness Week is coordinated by the Canadian Alliance on Mental Illness and Mental Health, with support from all of its member organizations. CAMIMH thanks the following for their support of MIAW:





Semaine de sensibilisation aux maladies mentales

2-8 octobre 2011



Face-à-face avec **Shana Calixte**

Shana fait un doctorat d'études des femmes à l'**Université York**; elle dirige un organisme communautaire et est également **une conjointe et une mère aimante**. À 16 ans, Shana a été diagnostiquée comme ayant **un trouble affectif saisonnier (TAS)** sévère et, après la **naissance de son fils** en 2006, elle a été atteinte d'une **dépression post-partum**. Malgré les difficultés qu'elle a connues tout au long de sa vie, Shana a décidé de ne pas laisser la maladie mentale faire obstacle à son **épanouissement**. Aujourd'hui, Shana est la **directrice générale** de la NISA, la **Northern Initiative for Social Action**, un organisme mis sur pied par des usagers/survivants à travers lequel elle est fière d'**offrir une assistance aux personnes atteintes d'une maladie mentale**. Shana estime que son rétablissement tient au fait d'être impliquée émotionnellement dans son travail, de bénéficier d'un **soutien communautaire**, de **parler publiquement** sur le sujet de la maladie mentale et de mener **une vie saine**. En tant que modèle pour des gens de tous bords, Shana bouscule les stéréotypes souvent associés aux personnes ayant une maladie mentale. À travers ses actions de **sensibilisation** et d'**éducation** sur la maladie mentale, Shana pousse les autres à **prendre conscience** de leurs dons et de leur propre **potentiel** à mener une **vie gratifiante**. Pour Shana, **Le rétablissement est possible.**

Visitez nos réseaux sociaux et partagez votre histoire avec nous. www.miaw-ssmm.ca

Suivez-nous sur **twitter** @SSMMCanada



Trouvez-nous sur **Facebook**

La Semaine de sensibilisation aux maladies mentales est mise sur pied par l'Alliance canadienne pour la maladie mentale et la santé mentale avec l'appui de tous ses organismes membres. L'ACMMSM remercie les partenaires suivants de leur appui pour la SSMM :

