



# AMETHYST WOMEN'S ADDICTION CENTRE

488 Wilbrod Street | Ottawa, ON | K1N 6M8

**At Amethyst, we believe that addiction is a chronic disease, not a moral failing.**

**Addiction is not a choice.**

Amethyst Women's Addiction Centre offers alternative addiction services to women-identified and gender diverse folks in Ottawa. Amethyst is committed to working with diverse and marginalized groups in our community. Our aim is to support clients, individually and together, to take control of factors affecting our health and well-being.

Amethyst offers trauma-informed long-term individual and group therapy to folks wanting to address their substance use and/or gambling concerns. Amethyst is client-centred; to us, this means that we meet folks where they are at in their treatment goals, and work with them in ways that will support long-term sustainable recovery based on their own unique needs and wants.

We also offer Health Promotion and Education programming with local community partners. Through this programming, we are typically able to go into communities and offer group programming that addresses a variety of issues related to health and well-being.

Since the beginning of the pandemic, Amethyst has been quick to adapt our services to a virtual model of care. While this does not meet the needs of all clients of Amethyst, we have been able to adapt our services with accessibility at the core of our planning.

The following services are currently being offered online:

- Individual therapy
- Group therapy
- Intensive workshops (mindfulness, art workshops, etc.)
- Health Promotion programming

We hope to soon be able to return (at least partially) to in-person services, once it is safe to do so. We believe that this is an essential method of delivering service that promotes connection and helps to combat isolation – both of which aid in ending stigma about addiction.

Keep informed about how Amethyst is offering services by checking our website, our Facebook, and reaching out to us directly via phone or email.

**With much respect,**

**Amethyst Staff**

*(Allie, Bernadette, Carol, Claire, Gundel, Jeannette, Jocelyn, Julia, Kailey, Lois, Megan, & Night)*





# CENTRE AMETHYST POUR FEMMES TOXICOMANES

488 rue Wilbrod | Ottawa, ON | K1N 6M8

## **Au centre Amethyst, la dépendance est une maladie chronique, et non une lâcheté morale. La dépendance n'est pas un choix**

Le Centre Amethyst représente une autre source de services de la toxicomanie auxquels les personnes s'identifiant comme étant femmes peuvent avoir recours. Amethyst s'engage à travailler avec des groupes diversifiés et marginalisés d'Ottawa. Notre objectif est d'accompagner les clients, individuellement et en groupe, à prendre le contrôle des facteurs affectant leur santé et leur bien-être.

Amethyst offre une thérapie individuelle et de groupe à long terme tenant compte des traumatismes aux personnes qui souhaitent aborder leurs problèmes de consommation de substances et / ou de jeu. Améthyst offre une thérapie centrée sur le client; ce qui correspond à rencontrer les clients au niveau où ils se trouvent dans leurs objectifs de traitement et de travailler avec eux de manière à favoriser un rétablissement durable à long terme en fonction de leurs propres besoins et désirs.

Nous offrons également des programmes de promotion de la santé et d'éducation avec la collaboration des partenaires communautaires locaux. Grâce à ces programmes, Nous sommes généralement en mesure d'aller dans les communautés et d'offrir des programmes de groupe qui abordent une variété de problèmes liés à la santé et au bien-être.

Depuis le début de la pandémie, Amethyst n'a pas tardé à adapter ses services à un modèle virtuel de soins. Bien que cela ne réponde pas aux besoins de tous les clients d'Amethyst, nous avons pu adapter nos services avec l'accessibilité au cœur de notre planification.

Les services suivants sont actuellement offerts en ligne:

- Thérapie individuelle
- Thérapie de groupe
- Ateliers intensifs (pleine conscience, ateliers d'art, etc.)
- Programmes de promotion de la santé

Nous espérons être bientôt en mesure de revenir (au moins partiellement) aux services en personne, une fois qu'il sera sécuritaire de le faire. Nous sommes convaincus qu'il s'agit d'une méthode essentielle de prestation de services qui favorise la connexion, qui aide à lutter contre l'isolement et qui contribue à mettre fin à la stigmatisation liée à la dépendance.

Pour rester informés de la manière dont Amethyst offre ses services, nous vous invitons à consulter notre site Web, notre page Facebook ou à nous contacter directement par téléphone ou par courriel

**Bien respectueusement,  
Personnel d'Amethyst**

*(Allie, Bernadette, Carol, Claire, Gundel, Jeannette, Jocelyn, Julia, Kailey, Lois, Megan, & Nighat)*

info@amethyst-ottawa.org | www.amethyst-ottawa.org

Facebook: Amethyst Women's Addiction Centre | Twitter: AmethystCentre