

ATELIER D'ENTRAIDE PROSPECT

La délégation UNAFAM de Perpignan organise

un atelier d'entraide **PROSPECT**

les samedi 19 et dimanche 20 mai ainsi que le samedi 26 mai décembre 2018

salle Néoulous de l'UDAF

3 rue Déodat de Séverac

PERPIGNAN.

L'atelier d'entraide PROSPECT concerne les familles ou proches (père, mère, sœur, frère, conjoint, enfant, ami(e)s proches) de personnes atteintes de troubles psychiques et qui sont confrontés à l'imprévisibilité et à l'étrangeté de la maladie.

L'atelier d'entraide PROSPECT c'est une aide de pairs à pairs pour :

- ✓ Permettre aux participants d'échanger leurs expériences
- ✓ Faire face aux difficultés qu'ils rencontrent
- ✓ Les inciter à sortir de l'isolement
- ✓ Construire ensemble des savoirs faire et oser changer pour faire face dans la durée.

L'atelier d'entraide PROSPECT fonctionne par groupe de 10 à 12 personnes maximum qui **s'engagent** à participer activement aux 3 jours c'est à dire à l'ensemble des 10 modules articulés autour de thématiques successives qui conduisent les participants à prendre conscience :

- ✓ de l'impact de la maladie de leur proche sur leur propre santé physique et psychique
- ✓ des savoirs que la maladie de leurs proches leur a appris
- ✓ de leurs capacités à développer des perspectives d'avenir

L'objectif final de cet atelier c'est de développer la confiance et l'estime de soi en prenant mieux soin de soi pour mieux aider son proche.

Cet atelier sera animé par deux bénévoles UNAFAM, elles même concernées par la maladie de l'un de leur proche et toutes les deux formées à l'animation de PROSPECT.

Coût de cet atelier : 20 euros pour les 3 journées

Pour de plus amples renseignements ou pour vous inscrire à cet atelier merci de téléphoner au : 06 09 63 85 06