



## L'UNAFAM C'EST AUSSI...



*Un autre regard,*  
la revue trimestrielle  
thématique de  
l'association

Des **guides** pour  
l'entourage



**Un répertoire national**  
des structures sociales et médico-  
sociales spécialisées pour les  
personnes adultes vivant avec des  
troubles psychiques. Accessible à tous  
sur [www.unafam.org](http://www.unafam.org), rubrique  
« **Trouver une structure** »

### VOTRE DÉLÉGATION

#### UNAFAM ARDENNES

5 rue Jean Moulin  
08000 CHARLEVILLE-MÉZIÈRES

08@unafam.org

Charleville : 06.89.26.24.03 / Sud Ardennes : 06.85.08.12.06

Vallée de la Meuse : 06.48.56.70.31

[unafam.org/ardennes](http://unafam.org/ardennes)

UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES  
MALADES ET/OU HANDICAPÉES PSYCHIQUES  
Siège - 12 Villa Compoint - 75017 Paris - 01 53 06 30 43 - [www.unafam.org](http://www.unafam.org)

août 2017



UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES  
MALADES ET/OU HANDICAPÉES PSYCHIQUES

# ATELIER D'ENTRAIDE PROSPECT FAMILLE

SCHIZOPHRENIES BIPOLARITE

# L'UNAFAM PEUT VOUS AIDER

Pour adhérer à l'Unafam  
et en savoir plus :  
[www.unafam.org](http://www.unafam.org)

[www.unafam.org](http://www.unafam.org)  
Service Ecoute-famille : 01 42 03 63 03

## Vous êtes confrontés à la maladie psychique d'un proche

### VOUS N'ÊTES PAS SEUL, L'UNAFAM PEUT VOUS AIDER !

En France, plus de 2 millions de personnes\* vivent avec des troubles psychiques sévères. 75%\*\* d'entre elles sont accompagnées au quotidien par leur famille.

Pour l'Unafam, une des meilleures façons d'aider les personnes vivant avec des troubles psychiques, c'est d'aider leur entourage.

L'Unafam est une association reconnue d'utilité publique qui accueille, soutient, forme, informe et accompagne les familles et l'entourage de personnes vivant avec des troubles psychiques et défend leurs intérêts communs depuis 1963.

Grâce à ses 2 000 bénévoles formés présents dans plus de 100 délégations et 300 points d'accueil de proximité répartis dans toute la France, l'Unafam accompagne plus de 14 000 personnes.

\*Source : OMS

\*\*Source : Enquête Unafam 2016

## Vous souhaitez apprendre à faire face dans la durée

### UN TRAVAIL COLLECTIF DE RÉFLEXION ET D'ÉLABORATION POUR :

- ▶ Prendre du recul par rapport à l'incidence de la maladie sur sa propre vie.
- ▶ Prendre conscience des savoirs et des savoir-faire que l'expérience de la maladie fait acquérir.
- ▶ Identifier et apprendre à utiliser des stratégies pour faire face dans la durée.
- ▶ Développer confiance et estime de soi.



Participation gratuite

Atelier animé par 2 bénévoles de l'Unafam concernés par la maladie d'un proche et formés au programme PROSPECT

### UNE AIDE DE PAIRS À PAIRS BASÉE SUR :

- ▶ La liberté de parole et l'écoute de chacun.
- ▶ L'échange entre pairs d'expériences communes.
- ▶ Une pédagogie interactive.
- ▶ La co-construction de stratégies spécifiques qui permettent de lutter contre la dépendance et l'isolement.

Le programme d'entraide PROSPECT a été conçu par l'association EUFAMI\*, l'Unafam le met en oeuvre en France depuis 2005.

\*EUFAMI : European Federation of Associations of Families of People with Mental Illness

