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

Le Bulletin de la Haute-Vienne

N°7 - Février 2024

EDITO : Pour cet édito, Nelly nous fait part

Chers Adhérents, chers Partenaires,

Je viens vous raconter aujourdôhui pourquoi je dev
Jôai ¨ cîur de partager mon exp®rience de proche a
¨ la situation, semblant inextricable, v®cue enver
Toutes sortes de sentiments nous traversent, et nous nous sentons bien seul.e.s., complètement démunies, n
donner de la t°te, ¨ qui sôadresser, pour avancer

Il est, ¨ mon sens, n®cessaire, essentiel, vital,
permettent non seulement de comprendre ce quôil ar
notamment, par des formations proposées gratuitement. Pour nous aidants, avoir des moments de répit, pour os
exprimer, pleurer sans honte, pour libérer la pression que nous vivons au quotidien, est nécessaire.

Lorsque jôai appris que mon proche souffrait dôun
qui savaient o½ aller pour me faire aider. Javais
pas la connaissance, et me sentant perdue, jôai
reçue par une personne concernée elle-même en tant quôaidante.
En int®grant un groupe de parole, jôai os® parler
souffrance, on l©che vite nos g°nes, car on atbesc
des moments similaires, et être conseillée par une psychologue, qui apaisera et expliquera une réaction.
Ensuite, lôUnafam môa aiguill®e vers la formation
dô®coute, dôempathie, on se comprenait.

Arrivée en Nouvelle-Aquitaine, lôUnafam môa enc-accueils. Pour y rentrer, mon
proche devait accepter de reprendre un parcours de soins, avoir un référent psychiatre notamment, et à force d
argumentations, mots et encouragements, il accepta ces démarches.

Aujourdôhui, je môaper-ois que sûr l'entourage, les amis, sont aussi
pr®cieux, et d'un grand soutien. En parlant de mon
milles vivent des situations similaires.

Jôai donc d®cid® dôagir au sein de lôassociation
Certes, rien nôest jamais acquis, mais pourtant, l

Je tiens ¨ remercier lôUnafam, pour les ®tapes qu
accepté de prendre ; ce ne fut pas aisé, mais il a fallu sortir de mon enfermement, et réaliser combien on es
plusieurs, et entourés.

Nelly, nouvelle bénévole
ê lôUNAFAM 87

LES POINTS FORTS DE LõA

ASSEMBLEE ANNUELLE DE LA DÉLÉGATION UNAFAM HAUTE-VIENNE LE 24 MARS 2023 À LIMOGES

Nous avons exposé nos activités et nos projets auprès de nos adhérents et nos partenaires.
Des échanges riches ont eu lieu sur le projet de vie (dispositif APV) ainsi que les participants.
Un pot convivial est venu clôturer la soirée.

FORMATIONS POUR LES AIDANTS :

Deux formations à destination des aidants ont été organisées en 2023 :

- ¦yŜ ƨ2ʤzℕyŞŜ ŘΨyŦ2ℕYǀ·ə2y˝ăʤzℕ tŜă ¢ℕ2ʤzōfŜă tăèŎKʎljʤzŜă fŜ ăǀ·YŜŘʎ мт ƨʤzʎy˝Ł [ʎY˝2ΞŜă¢
- ¦yŜ ƨ2ʤzℕyŞŜ þ aʎŜʤzÈ ǀ·ŎŎ2YˬLJǀ·ΞyŜℕ ʤzy˝LJℕ2ŎKŜ ă2ʤzũℕǀ·yű ŘŜ ăÔKʎÎ2LJKℕŞyʎŜþ fŜ ăǀ·YŜŘʎ ф ŘŞÔŜYōℕŜ Ł [ʎY˝2ΞŜă¢

SENSIBILISATIONS :

- Lors des Semaines dôInformation sur la Santé Mentale le grand public sur l'ensemble du territoire. Nous avons mis en place avec nos partenaires de la santé mentale du C SISM un "Psy Truckò : camion i-Vienne sur les 2 semaines avec des animations ludiques.
- Nous avons également continué nos actions de sensibilisations sur les troubles psychiques auprès de profession

GROUPES DE PAROLES MENSUELS :

Nous avons renouvelé le groupe de parole existant et avons créé un second groupe de parole pour les personnes ayant une activité professionnelle.

FORUMS DES ASSOCIATIONS :

Nous étions présents sur le ŘŜă ǀ·ăă2Ŏʎǀ·ə2yã fŜă н Ŝű o ăŜLJűŜYōℕŜ нлно ǀ·ʤ t ǀ·ℕŎ ŘŜă 9ÈLJ2ăʎə2yã ŘŜ [ʎY˝2ΞŜă

REPAS CONVIAL POUR LES FAMILLES ADHERENTES :

Nous avons proposé une ambiance médiévale pour nos adhérents et leur famille lors de notre repas annuel le sam cembre midi à l'Auberge de la Vallicelle de Saint Gence.

POURSUITE DE NOS AUTRES MISSIONS :

- Accueil des familles (le nombre dôaccueil est en h
- Défense des droits et intérêts des malades psychiques et leur entourage en intervenant au sein des instances de en santé mentale du département.
- Proposition de temps de répits mensuels pour les aidants (« pour nous »)