cnsa
Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie

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

CPTS Seine et Forêts

JOURNEE D'INFORMATION

MIEUX ACCOMPAGNER UN PROCHE SOUFFRANT DE TROUBLES ANXIEUX

OBJECTIFS:

- Mieux connaitre les différentes formes de troubles anxieux (troubles anxieux généralisés, anxiété sociale, phobies, trouble panique, TOC,...), leurs manifestations et conséquences sur le fonctionnement des personnes concernées
- Identifier les prises en charge existantes et des pistes thérapeutiques pour soulager notre proche
- Identifier les attitudes aidantes et celles à éviter pour un soutien adapté tout en se préservant.

PUBLIC CONCERNE :

Toute personne accompagnant un proche souffrant de troubles anxieux Groupe de 12 personnes maximum

ANIMATRICES :

Une psychologue formée aux TCC (thérapies cognitivo-comportementales) et une bénévole Unafam concernée par les troubles psychiques d'un proche.

Samedi 30 janvier 2027

9h30 - 17h

Déjeuner offert

Espace Pierre Delanoë
2 Place Victor Hugo
78112 Saint Germain en Laye

Renseignements et **inscription obligatoire** auprès de
Mme Sophie NORDBERG : sophie.nordberg@orange.fr - 0664396936