

BILAN DES ACTIVITES 2025

UNAFAM 66

UNAFAM

Maison des familles, 3 rue Déodat de Séverac 66000 PERPIGNAN

04 68 62 90 12 / 06 88 59 08 62

66@unafam.org

www.unafam.org/66

SOMMAIRE

Présentation de l'UNAFAM.....	Page 3
La délégation de l'UNAFAM 66 et ses missions.....	Page 5
Le Bilan des activités 2025.....	Page 6
Le Travail en Réseau	Page 11
Les projets 2026.....	Page 12
Conclusion	Page 13

PRESENTATION DE L'UNAFAM

L'UNAFAM (Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques) est une association **reconnue d'utilité publique** qui **accueille, écoute, soutient, forme, informe et accompagne** depuis 1963 les familles et l'entourage de personnes vivant avec des troubles psychiques.

Depuis sa création en 1963, l'UNAFAM (Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques) concentre son action au profit **de proches de personnes souffrant de troubles psychiques sévères**, essentiellement des personnes atteintes de **schizophrénie, de troubles bipolaires, de dépressions sévères, de psychoses graves et de troubles obsessionnels compulsifs (tocs)**.

En France, plus de 2 millions de personnes vivent avec troubles psychiques sévères. Ces troubles arrivent au 3^e rang des maladies les plus fréquentes après le cancer et les maladies cardio-vasculaires.

L'UNAFAM rassemble environ 16 000 familles adhérentes, plus de 40 000 familles accompagnées, toutes concernées par ce grave problème de santé publique, avec pour objectif de s'entraider, s'informer, se former et agir ensemble dans l'intérêt général.

Au sein des 100 délégations départementales les quelques 1800 bénévoles (majoritairement des proches concernés par la maladie et formés, aussi des personnes directement concernées par des troubles psychiques rétablies) assurent :

- **L'accueil, l'écoute, le soutien**, dans les permanences locales, **les groupes de parole animés par des psychologues**
- **L'information, orientation et la formation** des familles

Cet accompagnement par des pairs agit en complémentarité avec l'action des professionnels de l'UNAFAM (psychologues, assistantes sociales, juristes, psychiatres...)

Les bénévoles mènent également des actions pour l'intérêt général des familles et des patients par :

- **La défense des intérêts communs** des familles et des malades à travers de **nombreux mandats de représentations** et en portant **ses demandes au plus haut niveau dans les instances gouvernementales**.
- **La promotion et le soutien à la création de structures d'accompagnement**.

- **L'UNAFAM est également mobilisée pour faire changer le regard** du public sur les malades et leur entourage à travers des actions de **déstigmatisation, de sensibilisation.**

Au niveau national **L'UNAFAM** participe à la gestion de plus de 120 établissements spécialisés dans l'accueil des personnes malades mentales (foyers, appartements, centre d'accueil de jour, centres d'aide par le travail, Ces structures visent à une plus grande autonomie des personnes en souffrance psychique, facilitant leur insertion sociale et professionnelle, quand c'est possible dans la cité.

L'UNAFAM s'implique à promouvoir la recherche dans les domaines de la Psychiatrie , l'innovation dans les pratiques de soins et d'accompagnement.

LES VALEURS DE L'UNAFAM

La prise en compte de la personne, la bienveillance, la solidarité, le militantisme, la démocratie en santé constituent le socle des valeurs sur lesquelles les bénévoles construisent leurs actions.

Tou(te)s les bénévoles de l'association sont formé(e)s de manière initiale et continue en fonction des missions accomplies.

LE PLAN STRATEGIQUE 2023-2028

Il se structure autour de **QUATRE axes** :

- Le soutien auprès des familles concernées, objectif, renforcer et diversifier les parcours d'accompagnement pour l'entourage sur l'ensemble du territoire.
- Le rayonnement vers la société, objectif, renforcer les plaidoyers et les actions de rayonnement, renforcer notre visibilité.
- Les relations avec les parties prenantes externes, adopter une posture et des pratiques de co-construction avec les partenaires.
- Les forces vives internes, offrir aux bénévoles des parcours valorisants et adaptés à leur différentes aspirations.
- Soutenir la parole des personnes vivant avec un trouble psychique en développant de nouveaux espaces de dialogue

LA DELEGATION UNAFAM DES PYRENEES-ORIENTALES

La délégation des Pyrénées Orientales est animée par une équipe composée :

- De 15 **bénévoles** qui ont en commun une expérience de la maladie psychique et une formation UNAFAM de base et continue
- D'une **psychologue** qui anime un groupe de parole auquel participent des parents et assure la supervision des bénévoles accueillantes lors d'un groupe d'analyse de pratiques.

LES MISSIONS DE L'EQUIPE UNAFAM 66

L'UNAFAM développe pour l'entourage de personnes souffrant de troubles psychiques sévères, un réseau d'**entraide** et des **perspectives** par :

- **l'accueil, le soutien et le suivi des familles et amis et l'organisation d'un groupe de parole** animé par une psychologue libérale et coordonnée une bénévole.
- **la participation à des programmes d'aide aux aidants** en collaboration avec des partenaires institutionnels
- **les représentations institutionnelles** au CHS de Thuir, les cliniques psychiatriques, les CLSM, à la MDPH, dans certains SAMSAH et MAS,
- **la participation à des groupes de Travail** (CHS Thuir, CD, Villes etc....),
- **l'organisation de conférences**, de colloques et **interventions et participations** actives à des conférences organisées par d'autres associations ou institutions.
- **les actions de prévention, de sensibilisation et de dé-stigmatisation**,
- la diffusion de l'information via, entre autres, notre site internet www.unafam.org/66,
- la gestion des dossiers, recherche de subventions, rédaction des rapports d'activité, des rapports financiers.
- le suivi des actions entreprises.
- Tous les bénévoles sont formés en fonction de leurs missions et mandats. Ainsi, par exemple, les accueillants sont des bénévoles qui ont suivi **une formation initiale à l'accueil et l'accompagnement, qui se forment régulièrement et participent aux réunions régionales et nationales**. Cela leur donne une légitimité et leur permet de développer des compétences d'écoute, d'empathie et des capacités pour orienter les familles vers des structures ou dispositifs adaptés à leur situation. Formation initiale : 1 bénévole. Formation accueil : 2 bénévoles formés cette année. Premiers secours en santé mentale : 4 bénévoles.

BILAN DES ACTIVITES AU COURS DE L'ANNEE 2025

NOMBRE D'ADHERENTS : En 2025, nous avons **118 adhérents** en fin d'année.

MAIS...l'UNAFAM défend non seulement les intérêts des familles adhérentes et de leur proche malade, mais aussi ceux des autres familles de malades psychiques de tout le département.

ACCUEIL, SOUTIEN, INFORMATION ET ORIENTATION DES FAMILLES

La permanence téléphonique :06 88 59 08 62/ 04 68 62 90 12, (avec transfert d'appel).
En 2025 il y a eu plus de 300 appels téléphoniques

- La permanence et la réception des familles

Au local de l'Association, 3 Rue Déodat de Séverac à Perpignan, sur rendez-vous individualisé pour le premier accueil

A la Maison des Usagers, au sein du CHS de Thuir, permanences les mardis après-midi sauf le 3ème
A Osséja , sur le site « du Parc », permanence et réception des familles le 3ème mardi du mois.

Les accueils individualisés permettent aux familles de se sentir en confiance, rapidement comprises et entendues puisqu'il s'agit d'un accueil de « pairs à pairs ». Les accueillantes peuvent orienter les familles en fonction de leur problématique personnelle. 77 accueils dont 58 premiers accueils de familles nouvelles ont été reçus en 2025.

- **Le groupe de parole**, 1 fois par mois sauf en juillet et août le samedi matin de 10 à 12h, animé par Mme Fabienne Coustenoble (psychologue), et coordonné par Annie Guerrier et Nicole Martin.

Plus ou moins 10 personnes participent régulièrement à ce groupe, qui s'est renouvelé en septembre, accueillant de nouveaux participants.

Ces réunions, tout en respectant le rythme de chacun, offrent aux participant l'opportunité d'approfondir sans cesse les spécificités propres à la maladie psychique dans un climat de confiance et de confidentialité. Elles permettent aussi de travailler sur des points communs de difficultés auxquelles les familles sont confrontées, non seulement dans la relation avec leur

proche mais également au sein de la famille : maintien du lien de parentalité, place de la fratrie et ses relations avec la personne malade, maintien des relations sociales malgré la maladie.

- **Le groupe de Supervision des accueillantes** : « Analyse des Pratiques de Relation d'aide » Assuré par Mme Coustenoble, ce groupe s'est réuni 1 fois au cours de l'année 2024, 6 bénévoles y ont participé.

Cette supervision favorise la progression de chacun dans un climat de respect et de confiance à travers son propre questionnement touchant à la fois la situation vécue, à la compréhension qu'il en a eu et à l'écho en lui concernant sa propre expérience de vie. Elle permet à chacun de prendre du recul tout en favorisant une cohésion d'équipe.

- **Le soutien des familles par L'ATELIER D'ENTRAIDE PROSPECT**

Animé par deux bénévoles formés de l'UNAFAM, cet atelier d'entraide est destiné aux familles, pour faire face dans la durée aux troubles psychiques d'un proche, pour sortir de l'isolement dans lequel elles se trouvent, et rencontrer des « pairs » vivant dans la même situation.

Il se déroule sur 3 jours consécutifs ou non, est structuré autour de 10 modules et s'appuie sur l'expérience des participants pour faire émerger leur savoir et leur savoir-faire profanes acquis par expérience, les sortir de la culpabilité, leur faire prendre conscience des pressions subies. Il s'agit de co-construire avec eux des savoirs-faire pour éviter l'isolement et la dépendance et pour terminer de les aider à se fixer des objectifs pour l'avenir. En avril 2025 cet atelier a réuni 10 personnes.

- **AVEC NOS PARTENAIRES**

Collaboration avec le centre de réhabilitation psychosociale autour du programme BREF. Une bénévole de l'UNAFAM intervient lors de la dernière séance de psychoéducation prévue par ce programme pour les familles ayant un proche souffrant de troubles psychiques.

- **PACO (Partager, Accompagner, Comprendre, Ouvrir) en collaboration avec le centre de réhabilitation psychosociale :**

Ce programme est un programme d'aide aux aidants, 5 rencontres par an pour permettre aux familles et proches aidants de dialoguer avec des médecins, professionnels paramédicaux, acteurs des mondes de l'emploi, du juridique, du social... sur des sujets concernant leurs questionnements et difficultés par rapport à la maladie de leur proche. Ces rencontres ont lieu tous les deux mois, le premier jeudi de 17h45h à 19h45h à la mairie Perpignan.

Cinq rencontres ont pu avoir lieu en 2025 :

06/2/2024 : Vulnérabilité et stress

10/4/2024 : MDPH, pourquoi, comment ?

05/6/2024 : A la rencontre des soins innovant et porteur d'espoir

02/10/2024 : Adaptation ou accommodation ? Comment trouver sa place en tant qu'aidant familial ?

04/12/2024 ; Les dispositifs de soutien aux aidants sur le territoire.

Ces rencontres ont réuni entre 30 et 50 personnes à chaque fois.

LES REPRESENTATIONS INSTITUTIONNELLES ET AUTRES :

COMMISSIONS DES USAGERS : une représentante titulaire et une suppléante au Centre Hospitalier Spécialisé Léon Grégory à Thuir, à la Clinique du Pré à Théza, à la Clinique Psychothérapique du Roussillon à Perpignan à raison au minimum d'une réunion par trimestre.

CONSEIL DEPARTEMENTAL DU SOIN EN PSYCHIATRIE : 3 fois cette année, afin de vérifier les conditions d'hospitalisation sous contrainte au CHS de Thuir.

CONSEILS LOCAUX DE SANTE MENTALE :

Conseil Local de Santé mentale de Perpignan

Conseil local de santé mentale du Vallespir et Haut-Vallespir

Conseil local de santé mentale Cerdagne-Capcir

Conseil local de santé mentale Aspres

MDPH :

CDAPH (Commission des droits et de l'autonomie des Personnes Handicapées) : une représentante titulaire, un suppléant, une réunion par semaine ;

COMEX (commission exécutive MDPH) : une représentante suppléante, une réunion par trimestre.

CONSEIL DE VIE SOCIALE DU SAMSAH DE PRADES : participation d'une bénévole au CVS

UDAF : **CA**, **AG** et diverses réunions auxquelles participent les associations de l'UDAF.

L'UNAFAM bénéficie de bureaux loués à l'UDAF et celle-ci met à sa disposition des salles pour organiser certaines réunions, journées de sensibilisation ou de formation.

I. LES PARTICIPATIONS PONCTUELLES A DIFFERENTS EVENEMENTS OU GROUPES DE TRAVAIL OU COLLOQUES

L'UNAFAM a participé au bilan du **PTSM1** et aux groupes de travail du **PTSM2**.

L'UNAFAM a participé au vendredi du handicap « **Regard croisés sur le handicap psychique et le handicap mental** » à la MDPH.

L'UNAFAM a participé à la semaine de la sécurité et qualité des soins, un stand à la cafétaria du CH le 17 septembre.

L'UNAFAM participe au prix Folire au CH de Thuir.

L'UNAFAM a signé une convention avec les SPIP (Services pénitentiaires d'insertion et de probation).

L'UNAFAM a signé des conventions de parrainage avec le GEMça de Prades, et aussi le GEM la maison bleue.

II. LES ACTIONS DE SENSIBILISATION ET DE DESTIGMATISATION

- **Forum des associations de la ville de Perpignan juin**
-
- **Vendredi du handicap « Regards croisés handicap psychique, handicap mental » 12 septembre.**
- **Valeurs en fête au palais des rois de Majorque, 27 septembre.**
- **Journées de prévention santé dans les quartiers de Perpignan les 5 et 26 novembre**
- **Sensibilisation à la santé mentale auprès des agents de la métropole 18 novembre**
- **Journée de sensibilisation auprès des lycéens MDPH le 19 décembre.**

PARTICIPATION AUX SEMAINES D'INFORMATION SUR LA SANTE MENTALE

Les Semaines d'information sur la santé mentale ont eu lieu du 6 au 19 octobre 2025 et ont donné lieu à différents événements :

- L'UNAFAM a organisé **un atelier socio-culinaire suivi d'un repas partagé et après-midi récréatif au Nautilus**, tiers lieu à Perpignan, nous avons réunis 40 personnes, aidants, aidés et alliés.
- Nous avons préparé et assisté à **l'inauguration de la Maison des Usagers** au sein du CHS de Thuir.
- Nous avons participé **aux premières assises de la santé mentale à l'université de Perpignan.**
- Nous avons participé **au forum santé mentale au Boulou**, organisé par le CLSM Vallespir-Haut Vallespir.
- Nous avons participé **à deux ciné-débats** organisé à la médiathèque de Thuir.

LES REUNIONS DES BENEVOLES :

Nous nous retrouvons tous les mardis, le matin est consacré à des tâches administratives et de préparation organisationnelle, nous partageons notre repas dans un moment de convivialité, l'après-midi nous accueillons en présentiel sur rendez-vous.

Le 6 mai nous avons organisé une Journée des Bénévoles, l'occasion de voir nos 2 bénévoles qui résident en Cerdagne. C'est le moment que les RU nous fassent un retour de leurs travaux en CDU, c'est un moment de réflexion et d'information, nous avons visualisé un document sur les « pathologies duelles ».

III. LES REUNIONS REGIONALES :

3 réunions régionales ont eu lieu en visio-conférence.

1 réunion à Toulouse en février a réuni tous les délégués départementaux d'Occitanie ainsi que l'équipe régionale.

IV. LA REUNION DES ADHERENTS

En 2025 nous avons organisé une réunion des adhérents le 26 avril, qui a réuni une trentaine d'adhérents et aussi l'ARS, le CD.

A cette occasion, sur le thème « *L'accès à l'emploi accompagné, un des chemins vers le rétablissement* », 2 professionnelles de Cohérence Réseau sont venues nous présenter le fonctionnement de leur dispositif d'accompagnement, et nous avons eu la chance d'avoir le témoignage d'une personne accompagnée.

V. LA BIBLIOTHEQUE

Une petite bibliothèque est disponible à l'association et des ouvrages peuvent être empruntés par les membres.

VI. LE SITE UNAFAM

Le site de l'association (unafam.org/66) est géré au niveau de la délégation par un bénévole.

VII. LE TRAVAIL EN RESEAU

Le travail en réseau s'avère être indispensable pour mener à bien toutes ces actions



Nous remercions donc tous nos partenaires, institutionnels et autres, ainsi que nos financeurs qui nous donnent les moyens de continuer à mener des actions qui permettent aux familles et, par là même, aux personnes malades et/ou handicapées psychiques d'être soutenus et accompagnés dans les parcours de vie si difficiles.

LES PROJETS 2026

En 2026 l'UNAFAM va continuer à assurer :

- Ses missions d'accueil, d'écoute, de soutien et d'orientation des familles.
- Accueil tous les mardis sur rendez-vous pris par téléphone ou par mail.
- Accueil le troisième mardi du mois en Cerdagne, nous avons signé une convention de partenariat avec la clinique du Parc à Osséja, qui nous mets à disposition un local.
- Ses permanences à la « Maison Des Usagers » au sein du CHS de THUIR
- Ses collaborations aux programmes BREF et PACO.
- Ses mandats de représentation dans les différentes institutions.
- Ses actions de formation, sensibilisation, déstigmatisation.
- L'organisation d'actions lors des SISM.
- L'organisation d'un atelier d'entraide PROSPECT en juin. 2026.
- Organisation d'une réunion des adhérents et sympathisants fin mars.
- Son soutien en tant que « Parrain » du GEMça et de la « Maison Bleue ».

En 2026 nous allons aussi :

- Puisque « La Santé Mentale » est reconduite grande cause nationale en 2026, nous allons collaborer avec nos partenaires pour continuer nos actions de sensibilisation et de prévention auprès du grand public.
- Nous allons participer à la mise en place de deux nouveaux CLSM dans les ASPRES et à Perpignan.
- Nous allons concrétiser notre engagement auprès du SPIP des P-O, en participant à des actions de sensibilisation des personnels de la Maison d'arrêt de Perpignan ainsi que du personnel du SPIP. Nous collaborerons avec les CPIP pour faciliter notre rencontre avec les proches des personnes usagers de la psychiatrie sous-main de justice .

- En collaboration avec Cohérence Réseau nous allons organiser des « café-rencontre », à Céret, Thuir et Prades, qui nous donnerons de nouvelles occasion d'échanger avec nos adhérents et de nous faire connaître auprès d'un plus large public.
- Nous participons à un DLA avec Cohérence Réseau, la Maison bleue, le gem l'Escale, afin de mutualiser nos forces et compétences au service de la Santé Mentale sur notre territoire.

Nous espérons fortement accueillir de nouveaux bénévoles. La Santé Mentale Grande Cause Nationale a poussé les institutions à se mobiliser pour accentuer les actions de sensibilisation et de prévention. Nous nous en réjouissons. Cela va se poursuivre en 2026, si vous avez envie de vous engager nous vous accueillerons avec plaisir au sein de notre délégation où chaque bénévole amène sa pierre à l'édifice avec ses compétences et sa disponibilité.

Nous menons des actions de sensibilisation aux troubles psychiques, à la santé mentale afin de déstigmatiser les maladies psychiques.

Les situations des familles reçues sont de plus en plus complexes, regroupant souvent plusieurs problématiques et concernant de plus en plus d'adolescents, en effet quand l'un des siens souffre de troubles psychiques sévères, c'est toute la famille qui est impactée. Les questionnements douloureux et un sentiment de culpabilité n'épargne aucun membre (parents, fratrie, conjoint...). Avec le poids de la honte et la crainte du regard des autres les familles ont tendance à se replier sur elles-mêmes.

Ces familles apprécient donc de trouver à l'UNAFAM un lieu d'écoute et un soutien dans la durée.

Nous nous félicitons de tout ce qui se met en place pour améliorer la prise en charge des personnes souffrant de troubles psychiques, et aussi des évolutions que nous remarquons à différents niveaux.

Cependant nous sommes convaincus, en tant que représentants des familles, qu'il reste encore beaucoup à faire, en termes : d'aller vers, de continuité des soins hôpital-ville, d'accès aux soins en urgence, d'accès au logement et d'insertion sociale et professionnelle....

Les personnes souffrant de troubles psychiques sont encore trop stigmatisées et trop peu d'entre elles bénéficient d'un parcours de vie suffisamment adapté.

C'est pourquoi il est important qu'en parallèle de l'écoute et du soutien que nous apportons aux familles, nous puissions continuer à défendre leurs intérêts et ceux de leurs proches malades et à faire entendre leurs voix auprès des différentes instances.

Il est également important que nous continuions à développer le travail en réseau avec les différentes structures, établissements, associations et personnes qui œuvrent pour une prise en charge pertinente des personnes souffrant de troubles psychiques.

Janvier 2026
Catherine ERRIEN
Délégue départementale
66@unafam.org

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Catherine Errien', written over a horizontal line.