

ATELIER D'ENTRAIDE PROSPECT FAMILLE

Faire face dans la durée à la maladie psychique d'un proche

Objectifs :

- ∅ Prendre conscience des savoirs et des savoir-faire que l'expérience de la maladie nous a fait acquérir.
- ∅ Prendre du recul par rapport à l'incidence de la maladie sur notre vie.
- ∅ Faire face dans la durée à la maladie psychique d'un proche.
- ∅ Identifier des stratégies pour faire face dans la durée.
- ∅ Développer un réseau qui nous soutienne dans l'avenir.
- ∅ Développer confiance et estime de soi.

Contenu :

Il s'agit d'une réflexion collective de pairs à pairs. La structuration de l'atelier autour de thématiques successives permet de progresser en prenant conscience des savoirs que la maladie nous oblige à mettre en œuvre pour développer des perspectives d'avenir.

Public participant aux ateliers :

Toute personne concernée directement et touchée par les troubles psychiques, l'étrangeté et l'imprévisibilité du comportement d'un proche (parent, enfant, conjoint, frère, sœur,...) et qui éprouve le besoin d'échanger avec d'autres, dans une relation de pair à pair et dans un cadre protégé et confidentiel.

Animateurs :

Les animateurs sont des proches de personne malade, bénévoles actifs de l'Unafam, ils dépendent de l'équipe nationale de pilotage Prospect Famille, qui est elle-même en relation, au niveau européen, avec Eufami. Ils sont engagés dans une formation continue au sein de l'Unafam. Ils respectent la charte de l'animateur.

- **L'atelier d'entraide Prospect est conçu en 10 modules et dure 20 heures soit 3 journées de 9h à 17h**
- **Les personnes inscrites s'engagent à participer à l'ensemble de l'atelier soit les trois journées entières**
- **Atelier gratuit pour les participants (10 personnes maximum) ; repas des 3 midis offerts.**

[Unafam Plateforme Ardèche/Drôme - 2 rue la Pérouse - 26000 Valence - 04 26 42 02 73 - unafam0726@gmail.com](mailto:unafam0726@gmail.com)

BULLETIN D'INSCRIPTION A L'ATELIER PROSPECT 2025 à VALENCE (un bulletin par personne)

Ce bulletin vous engage à venir aux 3 journées composant l'Atelier. Merci de signaler un désistement.

Monsieur, Madame (Nom, Prénom):

Adresse :

Téléphone : Adresse courriel :

Le samedi 21, samedi 28 et dimanche 29 mars 2026 de 9h à 18h.

Dans les locaux de l'UDAF – 2 rue la Pérouse – 26000 Valence

(plan et informations pratiques suivront en temps voulu et dès l'inscription validée)

Retourner ce bulletin par courrier à : Unafam Ardèche et Drôme – 2 rue la Pérouse - 26000 Valence

Ou par mail : unafam0726@gmail.com