



## » » EDITO

Chers adhérents, chers partenaires,

*Pour mon premier éditorial, je souhaite tout d'abord remercier Martine Dos Santos à qui je succède et sur qui je peux compter dans cette période de transition*

*Martine Dos Santos a été nommée déléguée régionale de l'Unafam pour la Nouvelle-Aquitaine et portera d'autres actions, tout en coordonnant l'action des délégués départementaux.*

*Son engagement, son dynamisme et sa présence ont continué l'action de l'Unafam et sa visibilité dans le département de la Dordogne. Je souhaite œuvrer dans le même esprit, sachant que nous sommes une équipe de bénévoles motivés et frustrés de n'avoir pas pu faire plus l'année dernière.*

*La visioconférence nous a aidée à garder notre esprit d'équipe.*

*En 2020, malgré l'épidémie de covid, nous nous sommes adaptés pour offrir le maximum de soutien aux familles essentiellement en renforçant l'accueil téléphonique et en assurant un suivi téléphonique dans les situations difficiles.*

*Nous avons continué à travailler à distance ou en réunion, en assurant notre action de représentation des usagers dans les différentes instances ; nous nous sommes formés pour être à même d'apporter des moyens d'action efficaces pour aider les familles et par là aider leur proche malade, et au final c'est la société qui en bénéficie.*

*Pour 2021 : nous voulons continuer nos actions de sensibilisation et de formation auprès des familles et des professionnels et continuer nos projets qui ont été suspendus ou ralentis.*

*Nous souhaitons pouvoir nous retrouver pour les accueils des familles, les groupes de paroles et pour des moments conviviaux et informels qui nous apportent tant.*

***Ensemble, nous sommes plus forts.***

**Françoise Védrine**  
Déléguée Départementale

Au niveau national, l'Unafam c'est plus de 15 000 adhérents et 112 délégations au sein desquelles 2 000 bénévoles, majoritairement des proches concernés par la maladie et formés, se relaient auprès des familles afin de les aider à sortir de l'isolement et à faire face à la maladie.

Partout en France, l'Unafam accueille, écoute, soutient, forme, informe et accompagne les familles et l'entourage de personnes vivant avec des troubles psychiques depuis 1963.

Un accompagnement par des pairs, complémentaire de celui des professionnels de l'association : psychologues, assistantes sociales, juristes, psychiatre...

L'Unafam est reconnue d'utilité publique.

En DORDOGNE, avec une délégation qui compte 15 membres bénévoles formés, notre Mission s'articule autour de 4 axes : action vers les familles ; action vers les institutions et partenaires, actions de communication grand public, action au profit des usagers.

## 1. L'ACTION AUPRES DES FAMILLES

### SOUTIEN DES FAMILLES PAR L'ÉCOUTE ET L'ACCUEIL

- En 2020, huit bénévoles formés étaient dédiés à la mission "accueil physique des familles" pour l'ensemble du département.
- Les bénévoles d'Unafam Dordogne ont reçu cette année environ deux cent appels téléphoniques.
- Cette période nous a permis de mettre en place des suivis de situations complexes par étapes (pour quinze familles) efficaces pour l'accès aux soins, les hospitalisations, les contacts des familles avec les soignants, l'anticipation des sorties, l'accompagnement hors des murs, l'orientation vers les dispositifs soutenant, l'aide à la constitution du dossier MDPH et l'orientation vers nos groupes de parole. Nous avons pu donner à ces familles l'assurance que nous restions à l'écoute pour toute nouvelle difficulté qui se présenterait. Ces relations régulières ont accentué le climat de confiance installé.
- Quatre familles de jeunes ont été accueillies en 2020.
- En plus des quatre groupes de parole actifs (trois à Périgueux et un à Bergerac), nous avons mis en place en 2020 un cinquième groupe de parole à Sarlat. Ces groupes de parole sont animés par des psychologues cliniciens et coordonnés par un bénévole. Deux d'entre eux ont été maintenus en visioconférence durant le confinement.

### SOUTIEN DES FAMILLES PAR LA FORMATION ET L'ENTRAIDE

- Une journée des familles a pu être réalisée en janvier, avant la crise sanitaire.
- Nous avons effectué une journée d'information sur les troubles psychiques, avec dix-huit participants.
- Une permanence mensuelle est assurée au pôle psychiatrique du CH de Périgueux pour les familles ayant un proche hospitalisé.

### L'UNAFAM DORDOGNE EN QUELQUES CHIFFRES :

- 105 familles adhérentes
- 15 bénévoles
- 3 points d'accueil physiques
- 5 groupes de parole
- 3382 heures de bénévolat en 2020
- 12173 km parcourus en 2020
- 12 réunions de bénévoles par an

## JOURNÉE D'INFORMATION SUR LES TROUBLES PSYCHIQUES



### DES EXPLICATIONS SUR LES MALADIES PSYCHIQUES POUR VOUS PERMETTRE DE :

- ▶ Mieux connaître les symptômes.
- ▶ Aborder la question du handicap psychique et son impact sur la vie quotidienne.
- ▶ Échanger avec des personnes vivant les mêmes difficultés.
- ▶ Découvrir votre rôle de proche aidant.
- ▶ Reprendre espoir.

### DES INFORMATIONS SUR LES RESSOURCES DISPONIBLES PRÈS DE CHEZ VOUS :

- ▶ L'organisation de l'offre de soins.
- ▶ Les structures sanitaires et médico-sociales.
- ▶ Les modalités d'accès.
- ▶ Les dispositifs d'accompagnement pour vous et pour votre proche.
- ▶ Le soutien entre pairs.

Participation gratuite

## 2. L'ACTION AUPRES DES INSTITUTIONS ET DES PARTENAIRES

### REPRÉSENTATION ET DÉFENSE DES INTÉRÊTS COMMUNS

En qualité de représentant des familles et des usagers, huit bénévoles Unafam24 siègent régulièrement dans certaines instances du département auprès des partenaires du contexte « Santé Mentale » pour veiller aux droits et intérêts des personnes en situation de vulnérabilité psychique et de leur entourage, pour réfléchir et proposer des solutions d'amélioration de leur qualité de vie.

- Représentation dans les instances sanitaires suivantes :
  - Conseil de surveillance au CH Psychiatrie de Vauclaire
  - Commission qualité au CH Psychiatrie de Vauclaire
  - Commission des usagers au CHU de Périgueux, CH de Vauclaire, CH de Sarlat et Institut Médico-Social John Bost.
  - Commission départementale de soins psychiatriques
  - Maison des usagés au CHU de Périgueux
  - Conseils territoriaux de santé (Commission santé mentale et Commission expression des usagers)
- Représentation dans les instances médicosociales suivantes :
  - MDPH (CDAPH, COMEX)
  - CCAS-CIAS de Bergerac et Marsac Sur L'Isle
  - CLSM (Conseils Locaux Santé mentale) de Bergerac, Grand Périgueux et Périgord Noir
  - Commission spécialisée santé mentale - CTS Dordogne
  - CDCA (Conseil départemental de la citoyenneté et de l'autonomie)
  - Comité de Pilotage (PTSM Dordogne, Projet plate-forme territoriale Pairs, Projet plate-forme territoriale Jeunes)

### INFORMATION ET SENSIBILISATION DES PROFESSIONNELS ET DES PARTENAIRES

- Quatre interventions ont été réalisées :
  - CEF de Bergerac — Educateurs spécialisés en 3e année.
  - CFP de Périgueux — Travailleurs sociaux
  - Soignants CHU de Vauclaire
  - DU Pairs Ressources en Santé Mentale (attente des familles) — Université de Lyon.

## 3. ACTIONS DE COMMUNICATION GRAND PUBLIC

### ACTIONS DE PROMOTION

#### ► Dans le cadre des SISM :

- Lors de la SISM (Semaine d'Information sur la Santé Mentale), en octobre, nous avons fait une Table Ronde (en distanciel) sur le thème : « Santé mentale et discriminations en milieu professionnel » avec le Chef de pôle du « Défenseur des droits de Nouvelle-Aquitaine », une responsable de « Périgord Habitat », l'entreprise Brico-dépôt locale, et le responsable de la bibliothèque départementale. Deux cent personnes ont suivi cet événement à distance. Le prestataire « Ligue de l'impro » 'Scénettes humoristiques' intervenait entre les différents échanges. Le collectif « SISM Dordogne » a décidé de solliciter une société de production pour réaliser une vidéo de cette table ronde et la diffuser largement sur Youtube ou les réseaux sociaux.
- Des ateliers "d'intelligence collective" en écoles primaires sur le thème des discriminations, animés par une psychologue ont également été organisés. Six classes étaient concernées.

#### ► Hors des SISM :

- Toutes les informations de la délégation sont présentes sur notre site internet : <https://www.unafam.org/dordogne>.
- Mise à disposition de flyers, affiches, guides et documentations diverses.
- Lettre d'information

### Création d'une chaîne Youtube : [Actions Santé Mentale SISM Dordogne - YouTube](https://www.youtube.com/channel/UCjTnb3Q3potRXk6UXeLDc)

Vous pouvez y retrouver toutes les vidéos des actions mises en place par l'Unafam 24, le Centre Hospitalier Vauclaire, le Groupement de Coopération Sanitaire en Santé Mentale, la MGEN, et leurs partenaires que sont les Contrats Locaux de Santé du Grand Périgueux, du Périgord Noir, le Conseil Local de Santé Mentale de la Communauté d'Agglomération du Bergeracois, les Centres Hospitaliers de Périgueux, de Sarlat, de Bergerac, les établissements de Clairivivre, de John Bost, ainsi que les Groupements d'Entraide Mutuelle de Dordogne... dans le cadre des SISM.

<https://www.youtube.com/channel/UCjTnb3Q3potRXk6UXeLDc>

## 4. BILAN ET PERSPECTIVES

### BILAN DE L'ANNÉE 2020

- En 2020, dix-huit familles ont adhéré malgré le contexte et le fait que les accueils physiques sont suspendus.
- Le Groupe de Parole de Sarlat est à nouveau opérationnel, depuis septembre, avec de nouveaux adhérents que nous avons recrutés au moyen d'un "café-rencontre" organisé en ville par deux bénévoles de l'Unafam24.
- Le Comité de Pilotage de "Espairs Dordogne- association de Pairs-ressources en santé mentale - a poursuivi ses actions en 2020. Lors du déconfinement, les stages des pairs-ressource formés ont été organisés pour les volontaires : dans les équipes mobiles du Centre Rehab et au sein de l'institution Papillons Blancs et le Pôle Addiction du CH Vauclaire. Cinq Pairs-ressource ont fait la formation "ETP 40H" avec un groupe de soignants. Un Appel à Projet à la Fondation de France (par le C2A - CH VAUCLAIRE) a permis d'obtenir 30 000€ pour créer 3 temps partiels de pairs-ressource pour l'équipe pluridisciplinaire du C2A. Enfin, une Psychologue assure une supervision (analyse des bonnes pratiques) auprès des pairs-ressource une fois par mois.
- Cette période particulière a révélé la nécessité d'utiliser l'outil numérique et l'Unafam24 a su l'utiliser pour garder le lien avec les adhérents et les partenaires. L'outil Zoom a permis le maintien des réunions en visioconférence pour les bénévoles et les groupes de parole, mais cette participation a été un peu limitée. Il a également permis de garder du lien avec l'Unafam régionale et nationale et la poursuite des formations de bénévoles à distance.
- La permanence téléphonique a aussi pu accueillir des situations très complexes à suivre. Le suivi est une activité que nous développons. Un membre de la Délégation y est particulièrement dédié. Certaines familles sont en suivi depuis le début du confinement et continuent à appeler chaque fois que leur parcours se complexifie. Il y a beaucoup de reconnaissance exprimée.
- Nous avons également assuré la transition du changement de la déléguée départementale.
- Nos principales difficultés liées à la pandémie sont le manque de convivialité lié à la non possibilité de se retrouver en présentiel, le retard de la formation de nouveaux bénévoles et l'annulation de nombreuses manifestations.

### NOS PERSPECTIVES POUR 2021

- La délégation Dordogne place au cœur de ses priorités les formations aux aidants et aux professionnels.
- Se rapprocher des 22 maisons de santé du territoire.
- Poursuivre la collaboration avec le "Collectif SISM Départemental" pour mettre en place un ou plusieurs événements en Octobre sur le thème "Droits des usagers". On a la possibilité de s'inspirer de ce qui a été annulé en 2020 sur les discriminations.
- La poursuite du déploiement de la pair-aidance en Dordogne.
- Développer les missions de notre Référent Parcours Pénal : commencer les visites aux avocats.
- L'arrivée de Blandine Lallart, chargée de coordination et de développement pour les territoires de l'ex-Limousin et de la Dordogne est une ressource pour l'aide aux délégués départementaux.
- La collaboration avec l'UNAFAM Nouvelle-Aquitaine.
- Le Site Internet est aussi une nouvelle ressource qui nous permet déjà de communiquer sur nos missions - nos actions et les ressources du territoire. Toucher le "grand public" et particulièrement les familles nouvellement confrontées aux troubles psychiques d'un proche est l'objectif principal pour mettre à jour régulièrement cet outil et nous y veillerons. C'est aussi un moyen de faire des appels à "bénévoles".

### AGENDA PREVISIONNEL 2021 :

*(Sous réserve de l'évolution de la crise sanitaire)*

- **Juin 2021** : Journée d'information « Troubles psychiques » à Périgueux.

- **Septembre 2021** : Journée d'information « Mieux accompagner un proche souffrant de schizophrénie » à Sarlat.

- **Novembre 2021** : Formation « Mieux communiquer avec un proche souffrant de troubles bipolaires » à Boulazac

Retrouvez toutes les informations et les actualités de l'Unafam Dordogne sur notre nouveau site internet [www.unafam.org/dordogne](http://www.unafam.org/dordogne)

Avec le soutien de

