

Délégation 61

Accueil des familles

Depuis le 1^{er} janvier 2023 nous bénéficions de salles mis à disposition par la municipalité d'Argentan :
45. Rue d'Urou ARGENTAN

- Une salle au rez de chaussée pour Les réunions de bureau et les permanences d'accueil, **RC 07**
- Une grande salle au premier étage pour les réunions de familles.

Permanences d'accueil :

- Les mardis de 10 à 12 heures **RC 07**



Présentation de la vidéo de l'opération 2022

Du 11 au 16 juin 2023, l'Unafam organise la 9e édition de Psycyclette. Psycyclette, c'est une randonnée cyclotouriste de 1 300 km contre les idées reçues et un défi audacieux : traverser la France à vélo en faisant participer des personnes vivant avec des troubles psychiques, des soignants, des bénévoles de l'Unafam et des cyclotouristes avertis. Plus de 150 « psycyclistes » iront à la rencontre des habitants de chaque ville traversée, afin de parler de leur initiative et de briser les tabous sur les maladies psychiques à travers des manifestations festives.

" Qu'on soit un citoyen vivant avec des troubles psychiques ou non, qu'on soit un soignant ou non, un sportif ou non, ce qui a de l'importance, c'est qu'on vit cette aventure humaine ensemble. Avec Psycyclette, on déstigmatise les troubles psychiques aux quatre coins de la France. Ce qui est marquant, ce sont les sourires tellement fiers de tous à l'arrivée et l'énorme solidarité entre les participants. On voit bien que le lien est réel, qu'il est là, qu'il est possible."

Marie-Jeanne Richard, Présidente de l'Unafam

Comment participer ?

Psycyclette constitue un défi pour ses participants. Cet événement requiert aussi une grande mobilisation des bénévoles de l'Unafam dans le cadre de sa préparation en amont et tout au long des parcours.

Le soutien du public constitue un formidable encouragement pour toutes les parties prenantes du projet durant les manifestations festives

Des bénévoles de l'Unafam dans le cadre de sa préparation en amont et tout au long des parcours.

Les deux possibilités :

5.1- Groupe qui s'engage sur la totalité du parcours défini : (Eure) (Calvados)

Un des objectifs de « Psycyclette » est de faire participer des usagers de la psychiatrie. Ceux-ci peuvent être presentis auprès de responsables des lieux de soins (hôpital psychiatrique, cliniques, ...), auprès des établissements médico-sociaux (Centre de post cure, par exemple) ou de Groupes d'entraide mutuelle, voire auprès de patients qui seront accompagnés par un aidant familial ou autre. A cet égard, les délégations UNAFAM (en appui de la communication réalisée par le siège) sont invitées à solliciter des adhérents qui souhaiteraient s'engager sur cette manifestation en accompagnant leur proche malade.

Chaque groupe de patients devra bénéficier d'un encadrement venant de l'établissement d'origine ou d'un accompagnement spécifique, ainsi que de moyens logistiques (véhicules accompagnateurs, notamment), ne serait-ce que pour revenir à son point de départ.

Pourront également participer comme cyclotouristes, des adhérents de l'UNAFAM de toutes délégations, des sportifs en situation de handicap psychique bénéficiant d'un accompagnement familial et/ou hospitalier, éventuellement d'autres personnes ayant des références en matière de voyage à vélo et susceptibles de mettre leur expertise au service du peloton.

5.2- Participants « ponctuels », sur une partie de parcours : (Calvados) (Orne)

Il s'agit de personnes répondant aux mêmes critères énumérés ci-dessus au paragraphe 5.1, mais n'intervenant que sur une partie de parcours. Il s'agira le plus souvent de personnes venant à la rencontre du peloton principal ou accompagnant celui-ci sur quelques kilomètres autour d'une ville étape. Ces personnes devront également bénéficier d'un accompagnement spécifique

L'adhésion à l'Unafam n'est pas obligatoire pour participer.

Ci-dessous le parcours traversant l'Orne

13/06	Caen → Argentan	61,6	D+ : 527m D- : 394 m →-133m	https://www.openrunner.com/route-details/15879489
14/06	Argentan → Marolles en Braults	72,8	D+ : 720m D- : 804m →+84m	https://www.openrunner.com/route-details/15879510

ACCUEILLIR LES PARTICIPANTS AUX ÉTAPES DES PARCOURS

A l'arrivée de chaque ville-étape, un accueil festif est réservé aux participants :

les délégations Unafam des villes-étapes traversées organisent des manifestations publiques en lien avec les municipalités et leurs partenaires locaux

- animations musicales,
- prises de parole par les élus et les participants,
- repas conviviaux,
- animations culturelles et sportives...

pour mobiliser chaque acteur autour de la déstigmatisation des troubles et du handicap psychiques et inviter les citoyens à échanger.

Pour animer les accueils des Villes étape : ARGENTAN (13/06) et ALENCON : pique-nique (14/06) nous faisons appel à vos disponibilités et suggestions.



Rôles et Missions

L'Udaf de l'Orne est le lien entre l'ensemble des familles vivant dans le département et les pouvoirs publics. C'est l'institution officielle de représentation de l'ensemble des familles vivant dans l'Orne.

DÉFENDRE LES FAMILLES

ANIMER LE RÉSEAU

L'UDAF anime un réseau d'associations familiales présentes aux cotés des familles dans tout le département et les soutient dans leurs actions menées au service des familles.

DÉVELOPPER DES SERVICES POUR LES FAMILLES

Notre partenariat avec l'UDAF nous permet d'être associé à ce nouveau service qui nous ouvre la possibilité de nous rapprocher de vous et de nous faire connaître dans l'intégralité du département.

Nous serons à votre disposition pour de l'information, de l'écoute, du soutien

Nous serons présents :

- la Chapelle d'Andaine le 9 mars
- Moulin la Marche le 24 mars
- La Ferté en Ouche le 31 mars

Puis à des dates à définir : Carrouges, Ranès,

Groupe de parole

Les principes du groupe de parole

L'entrée dans le groupe de parole fait l'objet d'un entretien préalable, Les participants du groupe de parole s'engagent à venir de façon régulière, La fréquence des réunions est mensuelle, dans l'année : 10 séances de 2 heures, Tout ce qui se dit au sein du groupe est confidentiel, Les groupes sont constitués de 10 à 12 personnes, La participation financière, mensuelle, est de :

- 7.00 € par personne,
- 3.50 € par personne non imposable
- 10.00 € par couple

Qui animera ?

Madame Elodie Durand, neuropsychologue
Didier Babonneau, coordinateur

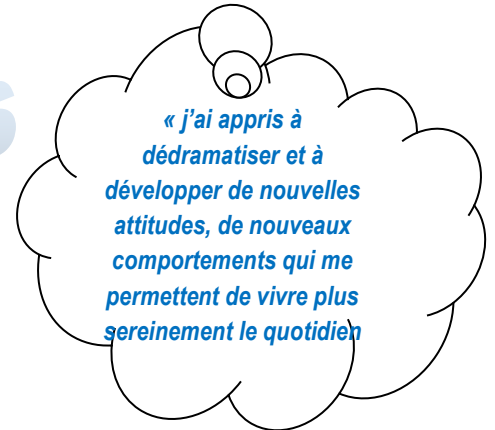
Le groupe de parole est pratiquement constitué, deux places restent disponibles.

Il se tiendra à Argentan fin février, début mars.

Un message vous informera des dates proposées.



témoignages



Semaines d'information
sur la santé mentale

34 e

du 09 au 22 octobre 2023

Dont le thème sera **« A TOUS LES AGES DE LA VIE,
MA SANTE MENTALE EST UN DROIT »**

LES CINQ OBJECTIFS DES SIM

1. **SENSIBILISER** le public aux questions de Santé mentale.
2. **INFORMER**, à partir du thème annuel, sur les différentes approches de la Santé mentale.
3. **RASSEMBLER** par cet effort de communication, acteurs et spectateurs des manifestations, professionnels et usagers de la santé mentale.
4. **AIDER** au développement des réseaux de solidarité, de réflexion et de soin en santé mentale.
5. **FAIRE CONNAÎTRE** les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité.

Dans ce cadre nous organiserons des manifestations et prévoyons notre présence sur les marchés.

Communication

Pour améliorer notre information et nous faire connaître nous allons réaliser un dépliant présentant nos actions de soutien, d'informations et d'écoute.

Tour de table

Chaque famille a présenté sa situation et son rôle d'aidant.

Certaines familles ont relevé :

- le manque d'empathie lors des rencontres avec les soignants,
- leur souffrance lors d'une demande d'hospitalisation à la demande d'un tiers et l'isolement de leur proche

Une Ex soignante du CPO, amie de l'Unafam siège à la commission des droits des patients

Lors de la prochaine réunion nous vous présenterons :

- Les chambres d'apaisement,
- Les chambres d'isolement
-

Deux nouvelles adhérentes, amies nous rejoignent nous les remercions pour leur aide.

Nos prochaines rencontres

Réunion des familles à 14 h 30 : 29 avril, 24 juin, 9 septembre, 18 novembre

Assemblée départementale : 23 mai à 14 h 30

Une invitation vous sera transmise.

Nous nous sommes quittés autour de brioches et du verre de l'amitié