La Lettre de l'Unafam Dordogne
- Février 2024 -

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

DORDOGNE

Numéro spécial Rapport d'activité 2023

EDITO

Chers Adhérents, chers Partenaires,

Vous trouverez dans cette lettre les points forts qui ont marqués notre activité en 2023 et nos projets pour 2024.

Je souhaite partager avec vous un constat qui émerge dans plusieurs délégations de l'UNAFAM en France et entre autre au sein de la délégation de la Dordogne : Le manque de bénévoles.
Au regard de ce constat, je formule ces questions :
Pourquoi et comment devient-on bénévole ?

- Le Pourquoi :

Chaque aidant peut répondre à cette question.
Rappelons-nous : qu'est-ce que le bénévolat ? L'étymologie latine « benevolus » signifie« bonne volonté », celui qui veut bien, en lien avec son temps disponible et l'engagement dans une activité.
Quelle est cette activité ?
Souvenons-nous de notre premier accueil par les bénévoles formés de l'UNAFAM et du soutien qu'ils nous ont apportés.
Ils nous ont réconfortés, ils nous ont ouvert les portes du monde de la santé mentale, du médico-social, du social…
Ils ont su faire le lien entre nous familles, amis, proches présentant une vulnérabilité psychique, et les établissements dédiés aux soins.

- Le Comment :

Vous êtes aidant d'un proche concerné par la maladie psychique. Vous pouvez donner un peu de votre temps pour des actions ponctuelles ou vous pouvez vous engager d'avantage en fonction de vos disponibilités, de vos compétences, et des besoins de l'association.
L'engagement dans le bénévolat vous permettra de développer de nouvelles compétences en plus de celles acquises personnellement.
En partageant les mêmes valeurs , celles de l' Unafam, aux côtes d'autres bénévoles vous ferez partie d'une communauté au sein de laquelle les membres tendent vers l'entraide et la solidarité.

Alors, je vous invite à rejoindre l'équipe de bénévoles de l'UNAFAM 24.
Ensemble, nous pourrons renforcer l'aide dont nos proches ont besoin en étant au plus près des aidants pour les accueillir, les écouter, les soutenir, les conseiller, les informer et les représenter près des instances.
Je compte sur vous et à bientôt de vous rencontrer.

Bonne lecture à toutes et à tous.

Joseph Couasnon
Adjoint au délégué
UNAFAM Dordogne

RAPPORT D'ACTIVITE 2023

L'UNAFAM DORDOGNE EN QUELQUES CHIFFRES :

- **122** familles adhérentes
- **12** bénévoles
- **3** points d'accueil physiques
- **27** personnes accueillies en 2023
- **5** groupes de parole
- **220** appels téléphoniques en 2023
- **2192.50** heures de bénévolat en 2023
- **17622** km parcourus en 2023

NOS PRINCIPAUX TEMPS FORTS EN 2023 :

RENCONTRES CONVIVIALES AVEC L'UNAFAM DORDOGNE :

- le 18 juin au lac de Pombonne
- le 17 septembre aux Eyzies.
- le 1er octobre au Causse de Savignac

FORMATIONS POUR LES AIDANTS :

- le vendredi 16 juin : Formation "Mieux accompagner un proche souffrant de schizophrénie" à Périgueux
- les 28 et 29 septembre : Formation "Adapter sa communication avec un proche souffrant de troubles bipolaires" à Périgueux.

SENSIBILISATIONS :

- le 27 Mars : Sensibilisation auprès de l'IFSI (Institut de formation en soins infirmiers) - Présentation de l'Unafam et du rôle du représentant des usagers dans les centres hospitaliers.
- le 9 mai : Information sur les troubles psychiques à Cassiopéa, service d'écoute
- les 12 et 13 mai : village prévention avec le CPTS (communauté professionnelle territoriale de santé) de Bergerac.
- le 23 novembre : L'Unafam 24 était présent au salon HANDI MOD'EMPLOI à la filature de l'Isle à Périgueux.

CINE-DEBATS / CONFÉRENCES :

- le 6 Juillet Journée d'échanges sur la Santé Mentale à Bergerac (Maison du département) avec pour thème "Principes et pratique du rétablissement". La délégation UNAFAM 24 a participé à une table ronde sur "la philosophie du rétablissement à travers différents champs de l'accompagnement" .
- le13 octobre : Ciné-débat autour du film « Loup y es-tu ? » au cinéma REX de Sarlat.
- le 9 novembre : Ciné-débat autour du film "Sur l'Adamant" au cinéma Grand Ecran de Bergerac.

FORUMS DES ASSOCIATIONS :

- le 10 juin : Nontron
- le 3 septembre : Bergerac
- le 9 septembre : Périgueux et Sarlat

GROUPES DE PAROLES MENSUELS :

- 3 à Périgueux
- 1 à Sarlat
- 1 à Bergerac

PERSPECTIVES 2024

En 2024 nous envisageons de poursuivre nos missions qui s'articule autour de 4 axes :

- **Le soutien auprès des familles concernées**
- **Le Rayonnement vers la société**
- **Les relations avec les parties prenantes externes**
- **Les forces vives internes**

Nos principaux objectifs sont :

- **RENFORCER et DONNER à voir, sur l'ensemble du territoire, une offre complète de soutien et de formation aux familles.**

- **DÉMULTIPLIER nos forces de plaidoyer et RENFORCER nos partenariats pour lutter contre la stigmatisation.**

- **ADOPTER une posture et des pratiques de co-construction avec les partenaires.**

- **OFFRIR aux bénévoles des parcours valorisants et adaptés à leurs différentes aspirations.**

Pour cela, cette année, nous développerons les actions suivantes :

- Continuer d'accueillir de nouvelles familles, maintenir les cinq groupes de parole sur le département et assurer le suivi des accueils.
- Se faire connaitre pour aider de nouvelles personnes et trouver de nouveaux bénévoles.
- Organiser une journées d'information sur les troubles psychiques pour les aidants le 6 avril.
- Organiser des réunions à thèmes.

- Tenir une assemblée annuelle le vendredi 4 octobre à Périgueux.
- Organiser une promenade dans un parc en invitant les partenaires à l'occasion du Psychodon.
- Continuer nos actions de sensibilisation auprès des professionnels et du Grand Public.

- Travailler en partenariat avec le personnel hospitalier (Programme BREF, Stigma Pro).

- Accompagner les nouveaux bénévoles.
- Développer des partenariats avec des associations d'usagers / GEM / pair-aidant usagers et travailler sur les apports réciproques.
- Rencontrer d'autres adhérents de la région en organisant des rencontres interdépartementales.

Avec le soutien de :

Retrouvez toutes les informations et les actualités de l'Unafam Dordogne sur notre site internet www.unafam.org/dordogne