



L'UNAFAM C'EST AUSSI...



Un autre regard,
la revue trimestrielle
thématique de
l'association

Des **guides** pour
l'entourage



Un répertoire national
des structures sociales et médico-
sociales spécialisées pour les
personnes adultes vivant avec des
troubles psychiques. Accessible à tous
sur www.unafam.org, rubrique
« **Trouver une structure** »

VOTRE DÉLÉGATION



Octobre 2018



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

MIEUX COMMUNIQUER AVEC SON PROCHE BIPOLAIRE



L'UNAFAM PEUT VOUS AIDER

Pour adhérer à l'Unafam
et en savoir plus :
www.unafam.org

Votre proche souffre de troubles bipolaires ?

VOUS N'ÊTES PAS SEUL, L'UNAFAM PEUT VOUS AIDER !

En France, les troubles bipolaires affectent entre 650 000 et 1 650 000 personnes*.

Pour l'Unafam, une des meilleures façons d'aider les personnes vivant avec des troubles bipolaires, c'est d'aider leur entourage.

L'Unafam est une association reconnue d'utilité publique qui accueille, soutient, forme, informe et accompagne les familles et l'entourage de personnes vivant avec des troubles psychiques et défend leurs intérêts communs depuis 1963.

Grâce à ses 2 000 bénévoles formés présents dans plus de 100 délégations et 300 points d'accueil de proximité répartis dans toute la France, l'Unafam accompagne plus de 14 000 personnes.

*Source : Fondation FondaMental

Vous voulez savoir quelles attitudes adopter avec elle/lui ?

VOUS APPRENDREZ À MIEUX REPÉRER LES SYMPTÔMES POUR AJUSTER VOTRE COMPORTEMENT :

- ▶ Les caractéristiques des phases maniaques et dépressives et les formes de troubles bipolaires.
- ▶ La perturbation des facultés cognitives.
- ▶ Les perturbations émotionnelles entraînant des difficultés de communication.



Participation gratuite

Vous souhaitez améliorer vos relations et vous préserver ?

VOUS APPRENDREZ À COMMUNIQUER PLUS EFFICACEMENT :

- ▶ Comment adapter sa communication en fonction des phases et des manifestations des troubles.
- ▶ Les comportements à adopter en cas de crise.
- ▶ Le renforcement de la communication pour favoriser la prévention des rechutes.

Des mises en situation pourront vous être proposées par les animateurs.

Journée animée par un professionnel de santé spécialiste des troubles psychiques et un bénévole de l'Unafam concerné par la maladie d'un proche