|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | |  |  | | --- | --- | | C:\Users\Nicole\Desktop\Logo_Unafam_Mai_2013.PNG | **La MAS a rencontré Fran Vauléon, bénévole à l'UNAFAM** **Pouvez vous nous parler de votre association?** | | | |
| |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | |  | | --- | |  | | |  |  | | --- | --- | | |  | | --- | | Les principales maladies psychiques sont les schizophrénies, les troubles bipolaires, la dépression résistante, les troubles anxieux et phobiques et touchent plus de 4% de la population française. 75% des personnes touchées sont accompagnées au quotidien par leur famille. Avoir un proche vivant avec des troubles psychiques sévères peut enfermer toute la famille dans la détresse. C’est pourquoi l’Unafam s’investit au profit des aidants. L’association reçoit les familles du 35 dans son local 4 avenue d’Italie à Rennes, ainsi qu’ à St Malo/Dinard/Vitré/Fougères et Redon et à la Maison Des Usagers de l’hôpital Guillaume Régnier. Les familles peuvent participer à des groupes de paroles, des journées d’information sur les troubles de leurs proches comme la formation « Mieux communiquer avec un proche bipolaire », qui aura lieu les 14 et 21 novembre 2020. L’association a également un rôle essentiel auprès des instances dans le domaine de la santé mentale : ARS, MDPH, établissements de santé et médico-sociaux. | | | |  | | |
|  | |
| |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | |  | | --- | |  | | |  |  | | --- | --- | | |  | | --- | | **Pouvez-vous nous parler d’une action qui vous tient à cœur ?**  Nous les bénévoles, nous sommes des pairs, c’est-à-dire que nous-mêmes avons un proche malade et nous savons comment cela impacte lourdement notre quotidien et notre santé. Nous avons tendance à nous oublier alors qu’il est indispensable de nous protéger, d’apprendre à lâcher prise et à nous créer un espace de bien-être. C’est l’objectif de l’atelier d'entraide Prospect intitulé « Faire face dans la durée à la maladie psychique d’un proche » que nous organisons sur 3 jours, les 6/7/8 novembre 2020.  Conçu par l’association EUFAMI (European Federation of Associations of Families of People with Mental Illness) et animé par des pairs, le programme Prospect s’adresse à toute personne concernée directement par la maladie d’un proche. Il aide à prendre du recul sur la maladie du proche, développer confiance et estime de soi et à identifier des méthodes pour faire face.  **Lien vers la plaquette de présentation** [https://www.unafam.org/sites/default/files/fichiers-joints/10-2019/D%C3%A9pliant%20atelier%20d%27entraide%20Prospect%202019.pdf](https://4na00.r.a.d.sendibm1.com/mk/cl/f/mLm8gGziNYFEhlw2bVhUr8TbR2R4LRgWYj4xdMj3MqHOf5LSkKA07BPpMlpwkNxYd0-AKGxrw7X1EacJAlsUtIG9iIj92tsRzrNZzCvifoJspHWkiBCEPv1ZUpRsJVIi7UctECHXxp50Z90U4emaQ6q-xufb_vdBDtIkIz6rtbyA_HaPVkFERbCAoACdlaWl9Wz4VT246nehyru-SJ4KNusRmXsoROqhuBA7E3YrCKZ4hu4GMT8zkS4Vacut7dD75l4teK3FN7P1HkNmjzqFdSxDx5ImMEmfmLD4MBYb4KSDoRfhedZWC-SHVlvyWucZjbmoMaUjOxm711s)  **Quelle est la valeur qui vous anime, en un mot ?**   L’adaptabilité aux changements de notre monde, à la maladie et aux évolutions de notre proche, mais vue de façon optimiste et enthousiaste en prenant appui sur toutes les aides qui nous permettent de "tisser notre filet de sécurité". **Si vous étiez un métier imaginaire, que seriez-vous ?**   Je serais créatrice d’emplois adaptés aux difficultés réelles des personnes souffrant de troubles psychiques. Je leur proposerais un poste ‘sur mesure’ qui leur permettrait de trouver leur place dans la société et leur autonomie, dans le respect. | | | |  | | | |