

Trait d'Union

Bulletin de la délégation 06 de l'UNAFAM www.unafam.org Espace Alpes Maritimes

Mars 2024

Edito



2023 année fertile en événements. L'Unafam fête ses 60 ans de combats.

Aujourd'hui, l'Unafam rassemble plus de 15 000 familles adhérentes et 1800 bénévoles et leur propose un accompagnement par des pairs dans 300 points d'accueil, pour briser leur isolement et leur redonner la force d'avancer.

La Prestation Compensatoire de Handicap Aide Humaine est enfin étendue au handicap psychique.

Une nouvelle équipe anime et coordonne l'action des bénévoles du 06 qui n'ont pas ménagé leurs efforts : 5500 heures de bénévolat, 15 000 kilomètres parcourus. Merci à eux !

Brigitte Losfeld
Déléguée départementale

Anniversaire des 60 ans de l'Unafam de la délégation du 06

L'Unafam 06 a présenté une conférence en préambule du congrès "PRO FAMILLE" à Nice







**SANTÉ MENTALE ET PSYCHIATRIE:
QUELS OUTILS À DESTINATION DES FAMILLES?**

**Mercredi 15 novembre 2023
de 14h à 17h**

14h-14h10 : Introduction, Mr Richard CHEMLA, Adjoint au Maire, à la Transition écologique et énergétique, à la Santé et au Bien-être, à la Protection animale

14h10-14h40 : « Un outil de soins : la psychoéducation familiale », Mme Dominique WILLARD

14h40-15h10 : « Pair éducation : quelles ressources ? », Mme Brigitte LOSFELD, Déléguée Départementale des Alpes-Maritimes, UNAFAM

15h10-15h40 : Présentation du dispositif Profamille et de l'équipe niçoise, Equipe Profamille Nice, Centre Hospitalier Sainte-Marie de Nice

15h40-16h : Pause

16h-16h30 : « Avec un seul membre de la famille et sans le patient, la psychoéducation multifamiliale peut-elle produire des effets globaux positifs sur l'ensemble de la famille », Dr Yann HODE

16h30-17h : « La stigmatisation des familles de personnes vivant avec un trouble psychique : impact de la psychoéducation familiale », Dr Jean-Yves GIORDANA

Gratuit sur inscription obligatoire:
au 04 97 15 52 36
ou clsm@ville-nice.fr
ou scanner le QR code

Lieu: Parc Phoenix, Salle Linné
400 Promenade des Anglais
(entrée face à l'EDHEC)




Le Programme "BREF"

Les professionnels du 06 sont invités à se former au programme BREF au mois d'avril.

Ce programme sera ensuite proposé de façon systématique et précoce aux familles.

Plus de renseignements sur ce programme élaboré par le centre hospitalier du Vinatier en collaboration avec l'Unafam.

https://www.collectif-schizophrenies.com/images/Poster_Bref_encephale2020_19112019_RRALB.pdf



BREF est associé à une réduction du fardeau des aidants

REY, R.^{1,2}, LOURILOUX, C.¹, VEHIER, A.^{1,2}, DORION, V.¹, D'AMATO, T.^{1,2} et BOHEC, AL.^{1,2}
¹ Centre expert Schizophrénie, Centre Hospitalier le Vinatier, BRON - LYON
² INSERM, U1028; CNRS, UMR5292; Université Lyon 1; Centre de Recherche en Neurosciences de Lyon, PSYR2 Team

INTRODUCTION

Difficultés vécues par les aidants
 Excès de morbidité physique et psychique chez les aidants d'usagers souffrant de trouble psychiatrique (détresse, fardeau, symptômes dépressifs - Metendorfer et al. 2018)



La psychoéducation à destination des aidants
 Intervention **didactique et thérapeutique** visant à
 → délivrer de l'information aux aidants sur le trouble psychiatrique
 → promouvoir les capacités pour y faire face

Les recommandations internationales récentes stipulent que les interventions de psychoéducation à de **efficaces** et devraient être proposées **précocement et systématiquement** à tous les aidants en psychiatrie (Gal)

Bénéfices sur la santé de l'aidant

- Réduction du nombre d'arrêt de travail des aidants
- Réduction du fardeau des aidants

Bénéfices sur la santé de r
 (Sin and Norman, 2003)

- Réduction des rechutes, et r
- Intervention thérapeutique après les traitements plan

METHODE

Participants 108 aidants de personnes souffrant d'un trouble psychiatrique (70% femmes; lien avec le proche 52% de père/mère, 18% frère/sœur, a...
 6% autre lien) ayant bénéficié du programme BREF ont été inclus dans cette étude.
 Avant le programme, le score CES-D moyen était de 21,6.
 71% des aidants accompagnent un proche dont les troubles évoluent depuis moins d'un an.

Evolution des aidants ayant bénéficié du programme BREF

Session 1

- Cadrer les questionnements prioritaires
- Apporter les premières réponses

Session 2

- Echanges concernant la situation du proche malade (diagnostic, soins, prise en charge, organisation des soins)

Session 3

- Exercices interactifs: **SAJUM**
- Echanges sur le retentissement familial
- Ressources disponibles pour les aidants

Appel téléphonique :
 - Mettre les aidants en lien avec les aides disponibles.

1 mois 1/2 3 mois

Évaluations Pré-programme Évaluations Post-programme Évaluations téléphoniques à 3 mois

- Batterie de tests démographique et sur leur parcours avant BREF Symptomatologie dépressive (échelle CES-D) Symptomatologie dépressive (échelle CES-D) - Niveau de satisfaction / BREF - Changement dans le parcours de l'aidant

RESULTATS

Symptomatologie dépressive et durée d'accompagnement

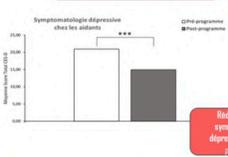
67% des aidants bénéficiant du programme BREF présentent une souffrance dépressive nécessitant des soins ou un suivi



$r = -0.420^{**}$

Intérêt de proposer des interventions précoces

Impact du programme BREF sur la symptomatologie dépressive des aidants



→ Réduction de la symptomatologie dépressive en post-programme

Satisfaction des aidants vis-à-vis du programme BREF (à 3 mois)

- 94% satisfaits/très satisfaits par le programme BREF
- 63% note d'utilité moyenne attribuée au programme BREF
- 73% des aidants complètent les 3 séances

Grande acceptabilité du programme BREF

CONCLUSION

Les données recueillies avant la participation au programme BREF montrent l'**impact négatif de la situation d'aidant** sur la santé psychique et confirment l'intérêt de **proposer précocement** des interventions aux aidants, dès la première année d'accompagnement.

BREF, programme psychoéducatif unifamilial, précoce et systématique est associé à une **réduction significative de la symptomatologie dépressive des aidants** au décours immédiat du programme. Le programme BREF complète le parcours des aidants et favorise l'accès aux programmes de psychoéducation longs tels que Profamille qui permettent d'obtenir des effets bénéfiques durables chez les aidants.

Contact : Romain REY
 Centre expert Schizophrénie, Centre Hospitalier le Vinatier, BRON - LYON
 INSERM U1028; CNRS, UMR5292; Université Lyon 1; Centre de Recherche en Neurosciences de Lyon, PSYR2 Team
 romain_rey@ch-le-vinatier.fr

References:
 Metendorfer-Rutz E, Rahman S, Tandanan A, Mujak M, Marzilli J, Hoff F, et al. Schizophrenia Bulletin. 18 Jun 2019;45(4):794-803.
 Galéa C, Caste D, Enck P, Houtartier V, Johnson A, Sclafani E, et al. Aust N Z J Psychiatry. Mar 2016;50(3):410-72.
 Sin J, Norman J. Clin Psychiatry. Dec 2013;74(12):1145-1162.
 Radloff L. The CES-D scale: a self-report depression scale for research in the general population. Appl Psychol Meas. 1977;1:385-401.

34ème édition Semaine d'information sur la santé mentale 2023



En 2023 le thème "A tous âges de la vie, ma santé mentale est un droit" a particulièrement inspiré les divers acteurs des Alpes-maritimes.

Des projections, des ciné-débats, des conférences, des expositions, des ateliers, il y en avait pour tous les âges et pour tous les goûts.

Par exemple à **Cannes le 24 octobre 2023** s'est tenue une conférence avec la participation de l'UNAFAM « de la folie ordinaire aux troubles sévères, où commence la folie ? »

A **Nice le 10 octobre 2023** une conférence sur le « bien vieillir » a mis en avant l'importance de l'accompagnement psychologique dans le bien vieillir tout en abordant les croyances qui persistent sur la santé mentale des séniors.

Le **19 Octobre 2023** toujours à Nice Conférence et ateliers : « Le développement des compétences psychosociales à tous les âges de la vie, un enjeu pour notre santé mentale ». Les intervenants ont montré qu'il est possible, à tous les âges de la vie, de prévenir efficacement les principaux problèmes de santé mentale et les comportements à risque grâce à des interventions psychoéducatives visant le développement des compétences psychosociales.

A **Cagnes sur mer le 12 octobre 2023** nous avons pu assister à une conférence sur la protection des majeurs : Qu'est-ce que la protection des majeurs ? A qui s'adresse la tutelle ? Quand saisir le Juge des Tutelles ? Où se renseigner ?.

Sur Antibes et Grasse ont eu lieu des vernissages d'expositions.

Josée Sonaglia notre **bénévole sur Grasse** nous a transmis des photos réalisées lors de l'exposition « Ensemble contre les discriminations » le 10 octobre 2023 à la Médiathèque de Grasse.

Pour découvrir le groupe d'entraide Mutuelle, le Gem de Grasse, vous y investir, rencontrer, partager et/ou faire des activités, contactez les !

« LA VIE LÀ » EST LÀ !
ASSOCIATION SOLIDAIRE PAR
ars
Association pour le
Régime
Financier
unafam
Association maritime
ISATIS
Organisme gestionnaire

GRUPE D'ENTRAIDE MUTUELLE
GEM
La Vie Là
GRASSE

LES ACTIVITÉS
Groupe d'échanges
Loisirs créatifs
Repas partagés
Sorties culturelles
Sports adaptés
Jeux de Société
Activités musicales
Balades

QUI SOMMES-NOUS ?
Le G.E.M. « La Vie Là » est une association 1901 dont l'objet est de nous rassembler et de nous soutenir.
Groupe d'Entraide Mutuelle, elle permet à des adultes qui présentent des particularités psychiques de partager des activités variées et des moments conviviaux. Pour cela elle favorise le lien social et l'entraide.
Ses adhérents se retrouvent autour de projets et font vivre leur association de manière collégiale avec le soutien de deux professionnels.
Le GEM n'est pas un lieu de soin mais, dans un processus de réajustement, il peut apporter un soutien à ses adhérents.

UNE ENVIE ?
SUGGÉREZ-NOUS VOTRE ACTIVITÉ !

CONTACTEZ-NOUS !
18 avenue Frédéric MISTRAL
Quartier St-Jacques
06130 GRASSE
Rue Nègre D. C. 6
04 92 22 22 22
gem@arsm.com

VIVONS ENSEMBLE AVEC CE QUE NOUS SOMMES.



13ème journée d'information emploi et handicap le 22 novembre 2023

Celle-ci s'est déroulée au Fort Carré à Antibes et comprenait un espace recrutement avec 50 entreprises et un espace information (associations du champ du handicap, orientation professionnelle, formation, etc...).

Forum du Handicap le 2 décembre 2023



De nombreuses animations et ateliers ont ponctué ce salon au palais des congrès à Antibes tout au long de la journée. Des tables rondes ont été suivies par une conférence animée par Boris Cyrulnik "Culture, Handicap et Résilience".

PCH aide humaine pour le handicap psychique :

une journée riche d'informations et d'échanges avec Roselyne TOUROUDE Vice-Présidente de l'UNAFAM

L'UNAFAM 06 et la Maison de l'Autonomie des Alpes-maritimes ont organisé le 12 avril 2023 une journée d'informations et d'échanges sur le nouveau volet Prestation compensatoire du handicap Aide humaine - soutien à l'autonomie. Plus de 160 professionnels de tout le département ont pu bénéficier de l'exceptionnelle conférence de Roselyne TOUROUDE, vice-présidente de l'UNAFAM et de la documentation mise à disposition par l'UNAFAM. Merci à Sébastien MARTIN et à ses équipes pour l'organisation de cette journée.



Premiers secours en santé mentale

Les Premiers secours en santé mentale sont un programme destiné à former des secouristes en santé mentale à l'image des Premiers secours physiques. Les premières sessions ont été initiées en 2022 par La délégation de l'Unafam 06, dans le cadre du Projet territorial de santé mentale des Alpes-maritimes. La dernière session a eu lieu à Vence.

Grâce à notre fiche-action PTSM 06 financée par l'ARS plus de 120 secouristes formés dans notre département en 3 ans. Si vous voulez en savoir plus sur les Premiers secours en santé mentale explorez le site de pssmfrance.fr

Les PSSM sont également un outil de déstigmatisation des troubles psychiques.



L'OFFRE DE FORMATION POUR LES AIDANTS

L'UNAFAM propose des journées d'informations pour l'entourage familial. Le détail figure sur le site de l'UNAFAM. Si vous êtes intéressés, veuillez vous rapprocher de votre délégation départementale.

L'Unafam propose à l'entourage familial, vous les aidants, une offre de formation gratuite, riche et variée, à suivre en fonction de vos attentes personnelles :

En présentiel, près de chez vous

En ligne, sur la plateforme form'aid@nts.

- Journée d'information sur les "troubles psychiques".
- [Mieux accompagner un proche souffrant de "schizophrénie"](#)
- [Adapter sa communication avec un proche souffrant de "troubles bipolaires"](#)
- [Mieux accompagner un proche souffrant de "troubles anxieux"](#)
- [Atelier d'entraide PROSPECT](#)
- [Journée d'information sur "la dépression résistante"](#)
- [Journée d'information "Troubles du comportement de l'enfant et de l'adolescent"](#)

L'offre de formation actuelle pour les aidants dans la Délégation 06 est la suivante :

Le 1^{er} et 2 mars 2024 : « adapter sa communication avec un proche souffrant de troubles bipolaires ».

Durée 1,5 jours en présentiel une partie en e-learning.

Au mois de mai 2 dates vous seront proposées « mieux accompagner un proche souffrant de schizophrénie ».

Adresse 15 rue Sorgentino 06300 NICE

Contact pour les inscriptions : Mail : 06@unafam.org Tél : 07 63 24 23 45

Un nouveau groupe de parole a été créé à la Colle sur Loup qui se tient une fois par mois.
Comme les groupes de parole d'Antibes et de Nice il est animé
par un psychologue et un bénévole animateur.

Contact 06 25 47 08 39

Devenir Bénévole

L'Unafam ne pourrait mener ses missions sans l'engagement de ses bénévoles. Nous avons besoin de vous ! Vous souhaitez être utile à d'autres familles, acquérir plus de connaissances ou peut-être donner un peu de ce que vous avez trouvé à l'Unafam ? **Pour devenir bénévole, contactez la délégation de votre département.**

Adresses utiles

Ecoute-famille est un **service d'écoute anonyme et gratuit**, assuré par des psychologues cliniciens formés à la psychopathologie et à l'écoute clinique au téléphone.

La ligne est ouverte du lundi au vendredi de 9 h à 13 h et de 14 h à 18 h (17 h le vendredi) au **01 42 63 03 03**

Des assistantes sociales assurent des permanences téléphoniques :

- Les lundis et mardis de 14h à 17h
- Les jeudis et vendredis de 09h30 à 13h00

Pour joindre les assistantes sociales durant ces horaires (hors Ile de France) : **01 53 06 30 91**

Consultation juridique : les avocates consultant à l'Unafam reçoivent sur rendez-vous, par téléphone ou en face à face. Pour prendre rendez-vous : **01 53 06 30 43**

Consultation soutien à la parentalité : la consultation parentalité de l'Unafam, animée par une psychologue clinicienne, est un espace confidentiel pour soutenir les parents ayant une difficulté de santé mentale et ceux qui partagent avec eux l'autorité parentale, dans la réflexion et la prise de décision sur des questions éducatives.

Contact et prise de rendez-vous : **01 53 06 30 43** - accompagnement-parental@unafam.org

Accueils dans les Alpes maritimes

- NICE 15 rue Sorgentino Renseignements et sur rendez-vous : 07 63 24 23 45
- ANTIBES Renseignements et sur rendez-vous : 06 25 47 08 39
- CANNES Centre hospitalier Simone Veil "les Broussailles" Espace des usagers 15 avenue des Broussailles Renseignements et sur rendez-vous : 06 25 47 08 39
- GRASSE Centre hospitalier Clavary Maison des usagers - Bâtiment les Chênes verts 28 chemin de Clavary
- Renseignements et sur rendez-vous : 06 25 47 08 39

Contact par mail pour l'ensemble des accueils **06@unafam.org**
UNAFAM, Délégation 06 15 Rue Sorgentino 06 Nice

06 07 08 09 10 Adresse-mail 06@unafam.org Site : WWW.unafam.org Espace Alpes Maritimes

