



MERCI POUR VOTRE PRÉSENCE A NOTRE JOURNÉE DES ADHÉRENTS !

Chère adhérente, Cher adhérent,

Nous avons le plaisir de vous adresser notre dernière lettre d'information !

Pour cette nouvelle lettre, nous vous proposons entre autres un retour sur l'un des temps forts de la vie de notre délégation : **la journée des adhérents !**

Celle-ci s'est déroulée le vendredi 13 mars à Royan, et nous souhaitons remercier les nombreux adhérents ayant fait le déplacement pour assister aux interventions sur le thème **"Vers l'autonomie de nos proches : avec et après nous"**.

Nous remercions également Maître Fabrice Perreau-Billard, notaire et Mme Roselyne Touroude, ex Vice-Présidente de l'Unafam, spécialiste des questions MDPH pour leur présence et leurs interventions riches en informations, tout en dédramatisant ces sujets parfois difficiles à aborder.

Suite à un sondage réalisé auprès des adhérents présents à cette journée, nous prévoyons au cours de l'année 2026 réaliser une autre journée sur le même format.

Par ailleurs, notez dans votre agenda (voir ci-contre à droite) tous nos prochains événements : une formation à destination des aidants ayant un proche souffrant de troubles bipolaires, nos cafés-rencontres d'avril et notre prochain psytrialogue !

Nous vous souhaitons une bonne lecture !

Les bénévoles UNAFAM 17

L'agenda de l'Unafam 17

FORMATION AUX AIDANTS

**"Adapter sa communication
avec un proche souffrant de
troubles bipolaires"**

**Les 12 (après-midi) et 13 juin 2026 à
La Rochelle**

Gratuit, sur inscription

PSYTRIALOGUE

**Le jeudi 18 juin 2026
à La Rochelle**

à partir de 17h30

Gratuit, sur inscription

CAFES-RENCONTRE (entrée libre)

**Le jeudi 30 avril à Royan
à partir de 16h30,**

au Bar "Le Point Central"

**Le mercredi 15 avril 2026 à Saintes
à partir de 17h**

à la boulangerie Feuillette

**Le samedi 18 avril 2026
à La Rochelle**

à partir de 14h30, à Côté Cour(t)

ATELIER BIEN-ETRE

**Le samedi 9 mai 2026 à Saintes
à partir de 10h, à l'UDAF**

*Plus d'infos : 05 46 00 41 54 ou
charente-maritime@unafam.org*



Le saviez-vous ?
Vous vous posez des questions sur la maladie ?
Vous êtes épuisé(e) ?
Contactez Ecoute-famille, notre ligne téléphonique gratuite et anonyme. Des psychologues cliniciens vous aident à faire face à la maladie psychique de votre proche et à retrouver la force d'avancer.

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



Suivez nos actualités : <https://www.unafam.org/charente-maritime>

RETOUR SUR LA JOURNÉE DES ADHÉRENTS

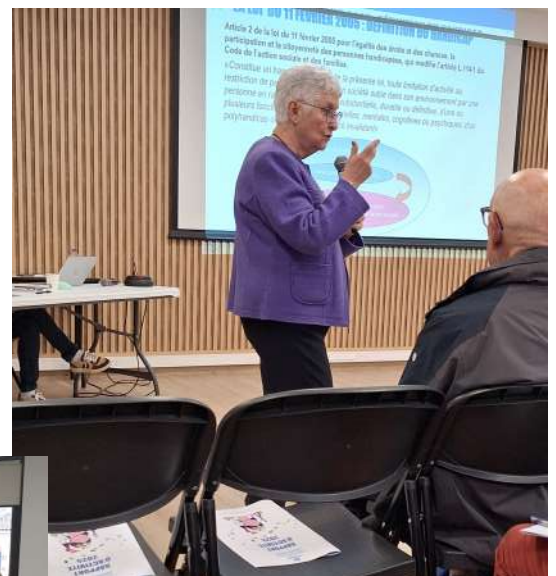
"Vers l'autonomie de nos proches, avant et après nous"

Le vendredi 13 mars dernier à Royan, nous avons eu le plaisir d'organiser notre journée des adhérents, qui a réuni 58 participants ! Nous vous proposons un retour en images sur ce temps fort de la délégation.

Conscients que les questions de l'autonomie des proches malades et de leur devenir après notre disparition sont prépondérantes pour les aidants qui les accompagnent, nous avons voulu consacrer notre journée des adhérents 2026 à ce sujet parfois difficile à aborder.

Aussi, M. Fabrice Perreau-Billard, notaire, et Mme Roselyne Touroude, ex Vice-Présidente de l'Unafam, spécialiste des questions MDPH, nous ont fait le plaisir de répondre à notre invitation et sont intervenus pour donner des informations utiles et concrètes, sans dramatiser. Les échanges avec le public furent riches en enseignement et en rires ! Un résumé de leurs interventions sera transmis aux personnes ayant participé à la journée.

Cette journée était aussi l'occasion de diffuser notre rapport d'activité et financier et remercier nos partenaires et bénévoles, toujours plus engagés dans le soutien des familles et la défense des droits des usagers. Nous remercions également la ville de Royan pour la mise à disposition d'une salle de la Maison des associations.



Nathalie Cantin, notre Déléguée départementale et Louis Barraud, notre Trésorier, ont pris la parole pour présenter le rapport d'activité et financier 2025 de la délégation (photos du haut), avant de laisser la place à Maître Perreau-Billard, Notaire, et Roselyne Touroude, ex Vice-Présidente de l'Unafam et spécialiste des questions MDPH. Les échanges furent riches avec les nombreux adhérents présents.

C'est quoi, la démocratie en santé mentale ?

Cela fait des années que l'Unafam s'est engagée pour défendre les intérêts des familles et des personnes vivant avec des troubles psychiques dans le but d'améliorer l'accès aux soins de qualité pour tous, améliorer leur parcours de vie, favoriser leur insertion sociale et professionnelle et accroître leur autonomie au cœur de la cité.

Et c'est pour cela que des bénévoles Unafam 17 se sont engagés à participer depuis janvier 2024 au collectif "Démocratie en santé mentale".

Ce collectif permet un travail en commun avec d'autres familles, des personnes concernées par la maladie (pour certaines devenues « Pair aidants »), et des professionnels du Pôle psychiatrie du CH de Jonzac (psychiatre, neuropsychologue, psychologue, ergothérapeute, infirmier, travailleur social).

Une équipe anime ces travaux sur la Démocratie en santé mentale.

La demande de l'Unafam depuis le démarrage était très ciblée sur l'engagement des professionnels de la psychiatrie à être en relation avec les familles dans le suivi de leur proche malade et dans la communication de leur maladie.

Le premier axe s'est achevé sur l'établissement d'un "Questionnaire remis aux patients après chaque hospitalisation" afin d'avoir leur réaction sur l'accueil, les soins, les relations avec les professionnels de santé et la suite de ces hospitalisations. A ce jour, nous n'avons pas encore "ces retombées".

Nous avons également travaillé à la réalisation d'un théâtre forum qui s'est déroulé à Gémozac le 23 mai 2025 (voir affiche ci-contre). Sous forme de « saynètes » jouées par des comédiens professionnels, le public (familles, amis) participait, en faisant part de leurs réflexions sur ce qui ne fonctionnait pas bien dans les situations présentées.

Théâtre-forum
"A plusieurs voix, réinventer la collaboration en psychiatrie"
Salle des fêtes de Gémozac
le vendredi 23 mai 2025

13h - 13h30 : Accueil
13h30 - 13h45 : Présentation de l'action démocratie en santé mentale
13h45 - 14h15 : Présentation des partenaires*
* Unafam, Unafam, Médiaparc, GEMM, Prospair

14h15 - 15h : Pause - ouverture des stands
15h - 17h : Théâtre forum
17h - 18h : Temps d'échange - ouverture des stands
18h : Fin de la journée

Evénement gratuit mais inscription obligatoire

Flashez ce QR Code, ou demandez le lien d'inscription auprès de :

democratiesantementale@ch-jonzac.fr

unafam | GEMM | prospair | unafam

Validé par la Direction Qualité le 18/04/2025

Josiane, bénévole



Le Psytrialogue, pour croiser les regard



**LA RELATION
PATIENT-
SOIGNANT-
FAMILLE**

Echanges animés par une psychologue

**JEUDI 27
NOVEMBRE 2025
17H30-19H30**

UDAF
18 rue des Oeillets
17100 SAINTES

Gratuit

INSCRIPTION OBLIGATOIRE à 17@unafam.org ou 07 49 11 77 69



Le dernier Psytrialogue a eu lieu à Saintes a eu lieu le 27 novembre dernier. 24 personnes étaient présentes... Franc succès ! Pour rappel, il s'agit d'un temps d'échange pour croiser les regards autour d'un thème donné, entre personnes concernées par un trouble psychiques, aidants et professionnels de santé et médico-sociaux.

Les échanges ont été très riches. Les thèmes suivants ont pu être dégagés :

- Pourquoi certains malades ne souhaitent pas que des informations soient transmises aux proches
- Pourquoi les familles souffrent d'être sans nouvelles de leurs proches
- Quelles peuvent être les difficultés des soignants
- Quelles peuvent être les différentes ressources face à la maladie
- Comment se protéger des agressions d'un malade en refus de soin
- Quelles peuvent être les différentes culpabilités

Chacun a pu s'exprimer sans tabou et l'écoute s'est fait dans un respect absolu de tous. Cette soirée restera dans nos mémoires...!

Témoignage d'une adhérente : "Je vous remercie pour ce super échange et moment hier soir".

Témoignage d'une participants : "Je serai ravie d'avoir d'autres événements comme celui-ci".

Sophie, bénévole



Vous souhaitez nous rejoindre ? Vous pouvez nous contacter à charente-maritime@unafam.org ou 05 46 00 41 54

Formation aux aidants :

« Adapter sa communication avec un proche souffrant de troubles bipolaires »

Le vendredi 12 (14h à 17h30) et samedi 13 juin 2026 (9h à 17h)
à La Rochelle

Cette formation, sous forme d'ateliers, a pour objectif de permettre aux proches de personnes vivant avec des troubles bipolaires de mieux comprendre les troubles et de mettre en place une communication adaptée afin de faire face un peu plus sereinement aux conséquences de la maladie, d'améliorer la relation et de se préserver.

Coanimée par une psychologue et une bénévole formée, cette formation se déroule sur une journée et demi.

Pour bénéficier pleinement de cette formation, il est nécessaire d'avoir suivi **AVANT** le module en ligne dédié accessible gratuitement sur notre plateforme www.formaidants.fr (il faut créer un compte gratuit).

Si cette formation vous intéresse, **inscrivez vous au 06 61 45 89 10 ou par mail à charente-maritime@unafam.org** (Le nombre de participants est limité).

Gratuit (déjeuner pris en commun inclus), inscription obligatoire.
L'inscription vous engage à participer à la totalité de la formation.



Formation

Adapter sa communication avec un proche souffrant de troubles bipolaires



Rejoignez l'Unafam et retrouvez la force d'avancer

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

0153 06 30 43 www.unafam.org



Photo : N.C

A La Rochelle, un point d'écoute itinérant sur la santé mentale

La Ville sensibilise et mène des actions pour aider toutes les personnes en difficulté. En partenariat avec le groupe hospitalier de La Rochelle, une permanence santé mentale itinérante est ainsi en oeuvre au sein des quartiers de Mireuil, Port Neuf et Villeneuve-les-Salines.

L'Unafam est associée et partenaire de cette initiative "d'aller vers", des populations parfois éloignées des soins.

Gratuit, ouvert à tous, de 10h à 13h.

Plus d'infos sur les prochaines dates et lieux : <https://www.larochelle.fr/agenda/evenement/point-decoute-itinerant-sur-la-sante-mentale-5>

LE COIN CULTURE *Toutes nos recommandations : à voir, à lire, à écouter !*

En souvenir d'Antoine

Un jeune homme rayonnant, emporté le 12 septembre dernier par un trouble bipolaire qu'il pensait pouvoir vaincre tout seul. Antoine n'avait que 31 ans.

Il s'était présenté à notre bureau de La Rochelle lors d'une de ses hospitalisations et désirait apporter son aide à notre association. L'une des bénévoles de La Rochelle le connaissait très bien.

Un garçon brillant : hyper-sensible, hyper doué dans tout ce qu'il entreprenait : travail du bois, informatique, permaculture, musicien et chanteur.

Antoine, tu as vécu tel un feu follet sur cette terre où tu n'as pas pu ou su trouver ta place.

Il nous suffit de regarder le ciel. Tu es parmi les étoiles avec tes compagnons de voyage.

Œuvres musicales d'Antoine à retrouver sur Youtube **en cliquant ICI.**



"J'ai choisi la vie. Être bipolaire et s'en sortir" - Marie Alvery et Hélène Gabert, Éditions Payot

Un livre écrit à 4 mains par Marie Alvery et Hélène Gabert, toutes les deux atteintes d'un trouble bipolaire.

Un livre délicieux et bouleversant de deux "combattantes" qui luttent jour après jour pour vivre et non survivre.

"J'ai été l'exaltée, la souffrante, la désincarnée. [...] J'aurais voulu une vie douce et sereine. Elle s'est imposée à moi fragile et puissante".
Marie