**DÉlÉgation du Var**

20 Place Fiegenshuh

Avenue Brunet

83100 TOULON

**06.52.86.65.76**

*Email : 83@unafam.org*

<http://www.unafam83.org>



**Le guide de l’aidant**

Une image contenant extérieur, sport, personne, jouant

Description générée automatiquement

**SOMMAIRE**

L’Unafam, la délégation du Var et ses missions Page 04

La délégation du Var vous soutient et vous accompagne Page 09

Les structures d’accompagnement dans le Var Page 13

Aide d’urgence Page 18

**Votre proche souffre de troubles psychiques ?**

* Vous vous sentez isolé.e ?
* Vous êtes désemparé.e ?
* Vous cherchez des informations sur les troubles psychiques et leur prise en charge ?
* Vous aimeriez être écouté.e et soutenu.e

**Près de chez vous une équipe de bénévoles vous écoute et vous accompagne, sans jugement…**

**Avec l’Unafam,**

**vous n’êtes plus seul.e !**

**L’UNAFAM**

**La délégation du Var**

**Et ses missions**

**Qui sommes-nous ?**

L’Unafam est une association reconnue d’utilité publique qui accueille, soutient et informe les familles confrontées aux troubles psychiques d’un des leurs.

L’Unafam c’est plus de **14 500 adhérents sur le territoire national** et**180adhérents dans le Var.**

**Pour mener son action, l’Unafam s’appuie sur ses 2000 bénévoles, ses 112 délégations départementales et régionales et sur près de 50 professionnels au siège et dans les délégations.**

**L'action de l'Unafam** repose sur un socle de valeurs au centre desquelles figurent **l'entraide et la solidarité** (accueil des familles par des pairs, permanences, cafés-rencontres, groupes de parole).

L'Unafam **veille au respect des droits et de la dignité des patients hospitalisés** à travers les Commissions des Usagers (CDU), les Commissions départementales de soins psychiatriques (CDSP) et les nombreuses missions de représentation exercées par les bénévoles.

L'Unafam **lutte pour l'inclusion sociale et la déstigmatisation des personnes vivant avec des troubles psychiques** (actions auprès des médias, forums, soutien et parrainage de structures à vocation sociale).

Elle **soutient la recherche clinique** et a créé en 2015 un observatoire de bonnes pratiques de soins et d'accompagnement dont elle assure la diffusion dans les départements.

**Nos valeurs :**



**Vous n’êtes plus seuls !**

**L’Unafam vous soutient et vous accompagne**

3 % au moins de la population souffre de troubles psychiques graves. Cela représente pour un département comme le Var plus de 30 000 personnes.

On estime à plus de 20 % de la population le nombre d'aidants de proximité qui sont dans la même situation que vous.

**Afin que votre proche**

**soit pris en charge dans sa globalité**

L’Unafam fédère des familles pour les soutenir et les conforter dans leur rôle d’aidants, nous avons bien évidemment le souci de faire en sorte que les malades psychiques aient toute leur place dans la société.

Les objectifs poursuivis sont :

* Veiller à la continuité des soins.
* Faire en sorte que la personne ait des ressources minimales (AAH).
* Veiller à ce qu’elle ait un logement.
* Lui assurer un accompagnement personnalisé.
* Si nécessaire, lui obtenir une protection juridique.
* Si sa santé le permet, lui permettre d’avoir des activités, allant même jusqu’à un travail en milieu ordinaire.
* Promouvoir l’aide aux aidants familiaux.

D’autre part, l’Unafam a le souci :

* D’informer, voire de former les aidants familiaux.
* De faire reconnaître le rôle majeur des aidants de proximité.
* De rechercher la collaboration des soignants.
* De porter ce discours dans les instances décisionnelles (représentations).

Du fait de son expérience, l’Unafam est à même :

* De partager son vécu avec les acteurs du soin et du médico-social.
* D’anticiper les décisions nécessaires.
* De contribuer à la globalité de l’accompagnement du patient.

**La délégation du Var de l’Unafam :**

**ses missions**

****

**Organisation**

* Des permanences d’accueil.
* Des groupes de parole co-animés par un bénévole et un psychologue, (Toulon, Hyères et Brignoles).
* Des sessions d’information et de formation ouvertes à tout public.
* Une réunion annuelle autour de thèmes choisis en concertation avec les adhérents. Cette réunion se déroule sur une journée avec des intervenants acteurs/experts des troubles psychiques.
* L’UNAFAM co-anime chaque année les deux semaines d’information sur la santé mentale (SISM).

****

**Représentations**

* **Commission des Usagers (CDU)**

**Cliniques et hôpitaux :**

* Trois Solliès.
* Val du Fenouillet.
* Pierrefeu.
* Toulon-La Seyne.
* **Centre communal d’action sociale**

(CCAS) de Saint-Raphaël.

* **Conseils Locaux de Santé Mentale (CLSM) de :**
* Brignoles.
* La Seyne.
* **Commission des Droits et de l’Autonomie des personnes handicapées. (CDAPH – MDPH).**
* **Commission Départementale des Soins Psychiatriques (CDSP).**
* **Conseil Territorial de Santé du Var(CTS).**
* **Administrateur des Associations :**
* ISATIS.

****

**Parrainages par l’UNAFAM**

* **Groupe d’Entraide Mutuelle (GEM)**
* **Un autre chemin**

13, avenue Henri-Barbusse

83000 TOULON

🕿09 51 12 28 15

* **Le club du lien**

42 place du Grand couvent

83000 TOULON

🕿[04 94 20 62 15](https://www.google.com/search?q=Le+club+du+lien+(Toulon)&oq=Le+club+du+lien+(Toulon)&aqs=chrome..69i57j0i22i30.6453j0j15&sourceid=chrome&ie=UTF-8)

* **Fraternité**

243 Place de la Paix

83300 Draguignan

🕿[04 94 50 72 64](https://www.google.com/search?sxsrf=ALeKk032Z1v0p8SZggfbdlBMJxQhVFdzOQ%3A1607606856584&ei=SCLSX6eOI5HhkgX9rYTQAQ&q=gem+Fraternit%C3%A9+%28Draguignan%29&oq=gem+Fraternit%C3%A9+%28Draguignan%29&gs_lcp=CgZwc3ktYWIQDDIECAAQHjICCCY6CQgAELADEAcQHjoFCCYQsAM6BggAEBYQHjoGCAAQBxAeUMW8BFjyxgVgmN4FaAFwAHgAgAG8A4gB4xiSAQUzLTQuNJgBAKABAqABAaoBB2d3cy13aXrIAQLAAQE&sclient=psy-ab&ved=0ahUKEwin0v-cwsPtAhWRsKQKHf0WARoQ4dUDCA0)

* **ABC**

10, rue Lices de Signon

83170 Brignoles

🕿 09.52.51.25.17

* **Forts Ensemble**

2463 Avenue Robert Brun

83500 La Seyne sur mer

🕿 04 94 30 16 09 / 06 42 29 17 80

**La délégation du Var**

**vous soutient et**

**vous accompagne**

**Notre équipe de bénévoles vous accompagne**

****

**Pour vous informer :**

**car s’informer c’est agir !**

* **Avec les journées d’information sur les troubles psychiques :**

**Vous informer sur les maladies psychiques pour vous permettre :**

* De connaître les symptômes des troubles psychiques.
* D’aborder la question du handicap psychique et son impact sur la vie quotidienne.
* D’échanger avec des personnes vivant les mêmes difficultés.
* De découvrir votre rôle de proche aidant.
* De reprendre espoir.

**Vous informer sur les ressources disponibles près de chez vous :**

* L’organisation de l’offre de soins.
* Les structures sanitaires et médico-sociales.
* Les modalités d’accès.
* Les dispositifs d’accompagnement pour vous et pour votre proche.
* Le soutien entre pairs.

Cette journée est animée par un bénévole de l’Unafam concerné par la maladie d’un proche et un professionnel de santé spécialiste des troubles psychiques.

* **Avec des ateliers d’entraide « Prospect » :**

**Pour faire face dans le temps.**

Ces ateliers se déroulent sur 3 jours. Ils sont animés par deux animateurs bénévoles de l’UNAFAM et, fondés sur une démarche de pair à pair permettant aux participants de :

* Prendre du recul par rapport à l’incidence de la maladie de leur proche sur leur propre vie.
* Mieux comprendre la souffrance de leur proche.
* Trouver en eux-mêmes les capacités et apprendre des techniques pour faire face dans la durée.
* Renforcer l’estime de soi en mobilisant ses ressources personnelles.
* Développer un réseau qui les soutienne dans l’avenir.

****

**Vous êtes écouté.e sans être jugé.e**

**Brisez votre isolement !**

**Grâce aux « Accueils » de proximité :**

Nos bénévoles qui vous reçoivent sont, comme vous, des parents ou amis confrontés à la maladie psychique d’un proche.

Notre équipe de bénévoles est spécifiquement formée à vous accueillir lors de permanences ou sur rendez-vous.

**Contactez-nous !**

* **Toulon et Ouest Var**

06.52.86.65.76

* **Hyères et Est Toulon**

07.82.05.58.20

* **Brignoles**

06.60.44.84.15

****

**Vous soutenir dans la durée**

**Avec les « Groupes de Parole »**

Les groupes de parole sont animés par un.e psychologue et sont coordonnés par un.e bénévole UNAFAM. Ces groupes vous permettent de :

* Partager, échanger, d’avoir une écoute mutuelle,
* Mieux mobiliser vos ressources personnelles.
* Rompre l’isolement.
* Vous accompagner à améliorer votre communication pour reprendre contact avec votre proche.

Actuellement 4 groupes se réunissent une fois par mois, soit en tout 10 séances au cours de l’année.

**Venez nous rencontrer !**

* Toulon,
* Hyères,
* Brignoles.

**Les structures d’accompagnement dans le Var**

****

**Le patient psychique au cœur d’un réseau**

****

**Structures de psychiatrie et**

**Structures en lien avec la psychiatrie**

**Établissements de santé publics et privés**

* **Centres Hospitaliers publics :**
* Centre Hospitalier Intercommunal Toulon/La Seyne-sur-Mer
* Centre Hospitalier Henri Guérin – Pierrefeu-du-Var
* Centre Hospitalier Intercommunal Fréjus/Saint Raphaël
* Centre Hospitalier de la Dracénie – Draguignan
* **Cliniques privées :**
* Clinique du Golfe - Cogolin
* Clinique Saint-Martin – Ollioules
* Clinique des Trois Solliès – SollièsToucas
* Centre de soins des collines du Revest – Le Revest-les-Eaux
* Clinique du Val de Fenouillet -La Crau
* **Etablissement de réhabilitation psycho-sociale :**
* Le Val du Fenouillet – La Crau

**Espace d’accueil d’échanges, de rencontres et de convivialité**

* GEM (Groupe d’Entraide Mutuelle).

Plus de détails sur la page de l’ARS **:**

[*https://www.paca.ars.sante.fr/system/files/2018-02/Dpt83\_inventaire\_2017.pdf*](https://www.paca.ars.sante.fr/system/files/2018-02/Dpt83_inventaire_2017.pdf)

**Etablissements médico-sociaux**

* **Accompagnement :**
* **SAMSAH** : Service d’accompagnement médico-social pour adultes handicapés.

Contacts à retrouver sur la page :

[*https://annuaire.action-sociale.org/etablissements/adultes-handicapes/service-d-accompagnement-medico-social-pour-adultes-handicapes--samsah--445/rgn-provence-alpes-cote-d-azur.html*](https://annuaire.action-sociale.org/etablissements/adultes-handicapes/service-d-accompagnement-medico-social-pour-adultes-handicapes--samsah--445/rgn-provence-alpes-cote-d-azur.html)

* **SAVS** : Service d’accompagnement à la vie sociale.

Contacts à retrouver sur la page :

[*https://annuaire.action-sociale.org/etablissements/adultes-handicapes/service-d-accompagnement-a-la-vie-sociale--s-a-v-s---446/rgn-provence-alpes-cote-d-azur.html*](https://annuaire.action-sociale.org/etablissements/adultes-handicapes/service-d-accompagnement-a-la-vie-sociale--s-a-v-s---446/rgn-provence-alpes-cote-d-azur.html)

* **Réinsertion professionnelle :**
* **ESAT** : Etablissements ou services d'aide par le travail

Contacts à retrouver sur la page :

[*https://annuaire.action-sociale.org/etablissements/adultes-handicapes/etablissement-et-service-d-aide-par-le-travail--e-s-a-t---246/rgn-provence-alpes-cote-d-azur.html*](https://annuaire.action-sociale.org/etablissements/adultes-handicapes/etablissement-et-service-d-aide-par-le-travail--e-s-a-t---246/rgn-provence-alpes-cote-d-azur.html)

* **Hébergement :**
* Familles d’accueil.
* Familles gouvernantes.
* Foyers occupationnels.
* FAM (Foyers d’accueil médicalisés).
* MAS (Maisons d’accueil spécialisées).

Contacts à retrouver sur la page :

[*https://annuaire.action-sociale.org/etablissements/adultes-handicapes/foyer-hebergement-adultes-handicapes-252/rgn-provence-alpes-cote-d-azur.html#var*](https://annuaire.action-sociale.org/etablissements/adultes-handicapes/foyer-hebergement-adultes-handicapes-252/rgn-provence-alpes-cote-d-azur.html#var)

* **Etablissements Médico-sociaux :**
* **AVEFETH-ESPERANCE.VAR**

100 avenue Sénéquier

BP 1142

83058 TOULON cedex

**@** avefeth.siege@wanadoo.fr

🕿 04 98 00 44 00

* **ISATIS** :

Association qui accompagne les personnes souffrant de troubles psychiques dans leur vie quotidienne, sociale et professionnelle.

Contact à retrouver sur la page :

*<https://www.isatis.org/cartographie-des-directions/>*

**ADAPEI :**

L’Adapei var-méditerranée est une association gestionnaire d’établissements spécialisés dans l’accompagnement de publics vulnérables en région PACA.

Contact à retrouver sur la page :

[*https://adapei-varmed.fr/*](https://adapei-varmed.fr/)

**Aide d’urgence**

****

**L’Unafam« à votre écoute »**

Pour répondre aux inquiétudes et questionnements des familles, l’Unafam a mis en place une ligne d’écoute où des psychologues cliniciens se relaient pour répondre aux appels et orienter selon les besoins exprimés. Anonyme et gratuit, ce service est souvent le premier point de contact entre l’Unafam et les personnes qui doivent faire face à la maladie psychique d’un proche.

Une image contenant texte

Description générée automatiquement

Une image contenant texte

Description générée automatiquement

****

**Urgence psychiatrique**

**SAMU : 🕿 15**

**La Psychiatrie de liaison à Brignoles au CH Jean Marcel**

Horaires d’accueil : **De 8h30 à 20h30**  
Adresse : **95 rue Joseph MONNIER 83170 BRIGNOLES**  
Contact Standard : **04.94.72.66.00**

**Le Centre d’accueil psychiatrique (CAP) à Hyères au CH Marie-Josée Treffot**

Horaires d’accueil : **24h/24 – 7j/7**  
Adresse : **Boulevard du Maréchal JUIN 83400 HYERES**  
Contact Standard : 04.94.00.24.00  
Ligne directe CAP : **04.94.00.27.04**

**Hôpital Sainte Musse - Toulon**

Adresse : **54, rue Henri Sainte Claire Deville - Toulon**

Contact urgences psychiatriques : **04 94 14 51 60**

**Hôpital de La Seyne-sur-Mer**

Adresse : **Avenue Jules Renard – La Seyne-sur-Mer**

Contact urgences psychiatriques : **04 94 11 31 31**

**Centre Hospitalier Intercommunal de Fréjus Saint-Raphaël**

Urgences horaires d’accueil : **24h/24 – 7j/7**

Adresse : **240 avenue de Saint-Lambert- 83600 FREJUS**

Contact urgences : **04 94 40 21 00**

**Centre Hospitalier Dracénie**

Horaires d’accueil : **24h/24 – 7j/7**

Adresse : **Route de Montferrat – 83007 DRAGUIGNAN**

Secrétariat des urgences : **04 94 60 50 65**

Contact standard : 04 94 60 50 00

**Abréviations**

****

**Abréviations**

AAH Allocation Adulte Handicapé

APL Aide Personnalisée au Logement

ARS Agence Régionale de Santé

CAF Caisse d’Allocations Familiales

CATTP Centre d’Accueil Thérapeutique à Temps Partiel

CDAPH Commission des Droits et de l’Autonomie des Personnes Handicapées

CDHP Commission Départementale des Hospitalisations Psychiatriques

CISS Collectif Inter-associatif sur la Santé

CHR Centre Hospitalier Régional

CHS Centre Hospitalier Universitaire

CLAN Commission Alimentation Nutrition

CLIN Commission de Lutte contre les Infections Nosocomiale

CLUD Commission de Lutte contre la douleur

CMP Centre Médico-psychologique

CPAM Caisse Primaire d’Assurance Maladie

CRUQPC Commission des Relations avec les Usagers et de la Qualité de la Prise en Charge

EA Entreprise Adaptée

EMIC Equipe Mobile d’Intervention de Crise

ESAT Etablissement et Service d’Aide par le Travail

ESPIC Etablissement de Santé Privé d’Intérêt Collectif

FNAPSY Fédération Nationale de Patients et Ex-patients de Psychiatrie

GEM Groupe d’entraide Mutuelle

MDA Maison de l’Autonomie

MDPH Maison Départementale des Personnes Handicapées

MGEN Mutuelle Générale de l’Education Nationale

****

**Abréviations (suite)**

PASS Permanence d’Accès aux Soins et Santé

PCH Prestation de Compensation du Handicap

PMI Protection Maternelle et Infantile

RSA Revenu de Solidarité Active

SAJ Servie d’Accueil de Jour

SAMSAH Service d’Accompagnement Médico-social pour Adultes Handicapés

SAVS Service d’Accompagnement à la Vie Sociale

SAMU Service d’Aide Médicale d’Urgence