

## Demande d'inscription

A renvoyer à :

**UNAFAM du Gard**  
Maison des Associations  
2, impasse Jean Macé  
30900 Nîmes

Nom :

Prénom :

Adresse postale :

Téléphone :

Courriel :

**Je souhaite participer**

au Groupe « rencontre-familles » de : .....

et rencontrer l'animateur UNAFAM du groupe pour un entretien préalable à ma participation.

Signature :



Union Nationale des Amis et Familles  
de personnes Malades et / ou Handicapées Psychiques



## Rencontre-familles

Il existe un certain nombre de lieux et d'espaces pour les patients souffrant de maladies mentales mais alors que ces pathologies ont nécessairement un impact sur l'entourage il existe peu de lieux d'échange et d'espace de réflexion pour les proches.

Les Groupes "Rencontre-familles" de l'UNAFAM en font partie.

Ce lieu d'échange permet de s'exprimer, d'être entendu et compris, sans jugement ni évaluation. Grâce à la rencontre d'autres personnes vivant des expériences similaires, le Groupe R-F est un moyen de sortir de l'isolement dans lequel est entraînée toute personne confrontée aux troubles psychiques d'un proche.

Ce temps de rencontre entre pairs est un temps de pause. Il permet aux familles d'exprimer leurs émotions, leur souffrance, mais aussi de réfléchir à de nouvelles attitudes et de nouveaux comportements, de poser les limites adéquates et de développer des attentes réalistes. Il permet de passer d'une attitude essentiellement réactive à un état où la réflexion redevient possible. Il s'agit de se remettre en mouvement après la période parfois très longue de choc et d'errance du début de la maladie.

Grâce à cet « entre nous » dynamisant et réconfortant, les participants arrivent à mieux vivre au quotidien.

### ➤ Des moments de partage

Témoignage reçu d'une participante : « Les Rencontres familles sont des lieux de soutien conviviaux, d'entraide et d'information. On peut partager entre pairs, échanger librement ; on se rend compte que d'autres vivent des expériences proches de la nôtre ; on s'enrichit et se fortifie de ce partage. »

### ➤ La constitution du groupe d'entraide

Chaque groupe est constitué par une douzaine ou une quinzaine de personnes (parents, frères et sœurs, conjoints, enfants, amis) vivant en grande proximité avec une personne souffrant de troubles psychiques.

Après avoir été accueillies individuellement, accueil qui peut se renouveler, les familles sont heureuses d'être dirigées vers les RF et invitées à ces rencontres.

### ➤ La fréquence

Les séances sont mensuelles, ce qui permet 10 réunions dans l'année. Elles sont gratuites et se déroulent sous la responsabilité d'un membre actif de l'UNAFAM, sans la présence d'un professionnel.

### ➤ Le Contenu

Outre l'échange primordial et le suivi des situations de chacun, si demande, le groupe peut proposer des informations, des lectures (bibliothèque), des débats sur des articles de journaux ou des sujets concernant la psychiatrie. Il peut inviter des professionnels du soin, du travail ou de la justice pour répondre à des questions particulières et enrichir la réflexion.

### ➤ Les lieux, les horaires

#### Alès

Le 2ème mardi du mois de 12h00 à 15h00

#### Bagnols-sur-Cèze

Le 1<sup>er</sup> vendredi de chaque mois de 14h30 à 17h30

#### Nîmes

Le 1<sup>er</sup> mardi de chaque mois de 14h00 à 17 h00

### ➤ Renseignements :

Alès : **06 61 42 41 90**

Nîmes : **06 98 17 53 44**

[30@unafam.org](mailto:30@unafam.org)  
[www.unafam.org/30](http://www.unafam.org/30)



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