



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

CHARENTE-MARITIME

LA LETTRE D'INFORMATION DÉPARTEMENTALE

Juin 2025 • Numéro 5



DÉCOUVREZ NOTRE NOUVEAU NUMÉRO DE NOTRE LETTRE D'INFORMATION

Chère adhérente, Cher adhérent,

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

Vous y trouverez un point sur nos actualités à venir pour le mois de juin : ne manquez pas notre journée conviviale des adhérents, consacrée au rétablissement, et notre psytrialogue dont le thème est "la maladie psychique vue par les proches et l'extérieur".

Nous faisons également un retour sur nos derniers événements de ce début d'année, avec notre participation à différentes conférences, signe que l'Unafam est considérée comme un acteur sérieux, grâce à nos savoirs issus de nos expériences personnelles.

Nous vous souhaitons une bonne lecture !

Les bénévoles UNAFAM 17



L'agenda de l'Unafam 17

CAFES-RENCONTRE

Le mercredi 11 juin 2025 à

Saintes

*à partir de 17h, à la
boulangerie Feuillette*

Le jeudi 12 juin 2025 à

Royan

*à partir de 16h30, au Bar
du Palais des Congrès*

Le samedi 28 juin 2025 à

La Rochelle

*à partir de 14h30, à Côté
Cour(t)*



*Ces cafés-rencontres sont gratuits,
sans engagement et sans
inscription ! Besoin d'infos ?
17@unafam.org ou 05 46 00 41 54*

Plus d'infos sur notre site internet : <https://www.unafam.org/charente-maritime>

L'AGENDA DE LA DÉLÉGATION

Journée des adhérents - vendredi 13 juin 2025 à partir de 10h, Forum des Marais à Rochefort

Les bénévoles de l'Unafam Charente-Maritime ont le plaisir de vous convier à la "Journée des adhérents". Cette année, nous vous proposons une matinée autour du thème du rétablissement, suivie d'une après-midi conviviale.

Se rétablir d'un trouble psychique est possible. Mais quelles portes ouvrir ? Quels chemins sont possibles ? Ensemble, que nous soyons familles, personnes concernées par un trouble psychique, ou soignants, échangeons et croisons nos regards sur le rétablissement.

Pour le déjeuner, nous vous proposons de partager un repas type auberge espagnole (chacun apporte un plat, salé ou sucré à partager ! Boissons offertes par l'UNAFAM).

Nous vous proposons ensuite une après-midi conviviale avec des visites sur Rochefort (**inscription obligatoire pour pouvoir y participer**). Les lieux proposés sont : La Corderie Royale, ou le Musée Hèbre.

Concernant ces visites et les besoins éventuels de covoiturage, merci d'indiquer votre choix en répondant au sondage ci-joint : <https://forms.office.com/e/PJnfMJaeKV>

Si vous ne pouvez pas aller sur internet, vous pouvez aussi nous joindre au 05 46 00 41 54 pour vous inscrire et indiquer si vous souhaitez visiter l'un de ces deux lieux, ainsi que vos besoins en covoiturage.

Gratuit mais inscription obligatoire.

Nous espérons vous voir nombreux pour ce moment de partage !

JOURNÉE DES ADHÉRENTS DE L'UNAFAM CHARENTE-MARITIME

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

JOURNÉE DES ADHÉRENTS
Le rétablissement
Interventions et témoignages

VENREDI
13 JUIN 2025

HORAIRES
10H - 12H30
VISITES L'APRÈS-MIDI

ROCHEFORT
FORUM DES MARAIS
2 QUAI AUX VIVRES

REPAS PARTAGÉ type "Auberge espagnole"

GRATUIT
Informations et inscription :
17@unafam.org
05 46 00 41 54
Possibilité de covoiturage

JOURNÉE DES ADHÉRENTS DE L'UNAFAM CHARENTE-MARITIME

LE RÉTABLISSEMENT

VENREDI 13 JUIN 2025

A partir de 10h au Forum des Marais à Rochefort

Pour cette Journée des adhérents 2025, les bénévoles de l'Unafam Charente-Maritime vous proposent une matinée autour du thème du rétablissement.

Se rétablir d'un trouble psychique est possible. Mais quelles portes ouvrir ? Quels chemins sont possibles ?

Ensemble, que nous soyons familles, personnes concernées par un trouble psychique, ou soignants, échangeons et croisons nos regards sur le rétablissement.

Après un repas partagé, nous vous proposons une après-midi conviviale avec des visites sur Rochefort (inscription obligatoire pour pouvoir y participer).

10h : Accueil café

10h30 : Ouverture de la matinée par Nathalie Cantin, Déléguée départementale de l'UNAFAM Charente-Maritime.

10h40 : Présentation générale du rétablissement, par Florian Cady, psychologue clinicien, coordinateur en santé mentale sud 17 (sous réserve)

11h : Exemple de réhabilitation psychosociale, avec la filière CAP Réhabilitation du CH Marius Lacroix

11h30 : Le job coaching, par la Fondation Diaconesses de Reuilly

12h : Témoignage d'une personne rétablie

12h30 : Clôture de la matinée et pique-nique partagé, type "auberge espagnole"

Pour le repas, merci de bien vouloir apporter un plat (salé/sucré...) à partager avec tous ! Boissons offertes par l'Unafam 17.

14h : Après-midi conviviale avec visites au choix (**inscription obligatoire auprès de l'Unafam 17**) :

- La Corderie Royale
- Le musée Hèbre

A chaque intervention, des temps de questions/réponses avec la salle sont prévus.

UNAFAM Charente-Maritime,
Hôpital MARIUS LACROIX,
Pavillon Claude Bernard
208 Rue Marius Lacroix
17000 LA ROCHELLE

05 46 00 41 54 /
17@unafam.org

<http://www.unafam.org/charente-maritime>



PSYTRIALOGUE

sur le thème

LA MALADIE PSYCHIQUE VUE PAR LES PROCHES ET L'EXTERIEUR

Echanges animés par
une psychologue

JEUDI 12 JUIN 2025

17H30-19H30

Côté Cour(t)
Squash club de La
Rochelle
19 rue Lambertz
17000 LA ROCHELLE

Gratuit

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

*Regards croisés de personnes en
situation de maladie psychique,
d'aidants et de personnels soignants*

Venez à notre Psytrialogue !

Nous vous convions à notre prochain Psytrialogue qui se déroulera le :

Jeudi 12 juin 2025 de 17h30 à 19h30 - Côté Cour(t), Squash club de La Rochelle, 19 rue Lambertz, 17000 La Rochelle

Le Psytrialogue permet la rencontre et les regards croisés de personnes en situation de maladie psychique, d'aidants et de personnels soignants (ou du social ou du médicosocial) autour d'un thème. Il est animé par une psychologue.

Gratuit mais inscription obligatoire à 17@unafam.org ou au 07 49 11 77 69.

Qu'est-ce qu'un Psytrialogue ?

La vie quotidienne rassemble des moments de joie, de peine, de difficulté, de réussite. Chacun les expérimente tout au long de son parcours.
Parler, dialoguer permet à tous de cheminer...alors...trialoguons.

Animé par une psychologue clinicienne, le Psytrialogue permet la rencontre et les regards croisés de personnes en situation de maladie psychique, d'aidants (familles ou amis) et de professionnels soignants et sociaux, autour d'un thème donné à l'avance.

On écoute, on note on intervient... Acteur, auditeur, spectateur, au choix ou tour à tour, en toute tranquillité...nul n'est obligé à rien.

Dans ce jeu à trois, les frontières sont abolies : ce ne sont plus des usagers de la psychiatrie, des professionnels ou des proches, mais des hommes et des femmes qui s'écoutent, partagent leurs expériences, leurs certitudes, leurs moments de doute, de souffrance, de peine et de joie sans porter de jugement, dans le respect et la bienveillance.

Alors... Psytrialoguons !

RETOURS SUR NOS ÉVÉNEMENTS DU DÉBUT D'ANNÉE



Nadège, notre bénévoles (à gauche de l'image), a témoigné de l'importance de porter l'espoir. Photo : C.C

Participation à la demi-journée consacrée à la pair-aidance à Bordeaux - lundi 10 mars 2025

L'une de nos bénévoles était présente pour témoigner de son expérience à cette première demi-journée.

Nous étions présents lundi 10 mars 2025 à la demi-journée "La pair-aidance en santé mentale aujourd'hui : de la formation à l'action", organisée par la Communauté Mixte de Recherche sur la Pair-Aidance en Santé Mentale de l'Université de Bordeaux.

Cette demi-journée était l'occasion d'échanger sur le concept de pair-aidance, sur son accès et son impact sur les personnes accompagnées avec les principaux concernés par ces sujets.

Un grand merci à Nadège, bénévole de la délégation Unafam Charente-Maritime, venue témoigner lors de la table ronde consacrée à l'impact de la pair-aidance en santé mentale sur les personnes accompagnées.



Vous souhaitez nous joindre ? Vous pouvez nous contacter à 17@unafam.org ou 05 46 00 41 54.

Retour sur la Conférence "Santé mentale des jeunes : un enjeu majeur" Mardi 11 mars à La Rochelle

Lors de cette conférence, deux de nos bénévoles ont témoigné au nom de l'Unafam Charente-Maritime de la problématique de la santé mentale des jeunes.

L'association Tous Ensemble organisait cette conférence sous forme de tables rondes pour aborder un sujet urgent et essentiel : la santé mentale des jeunes. Cette soirée a rassemblé des experts de la santé, des professionnels de l'éducation et des familles pour témoigner, échanger et proposer des solutions concrètes.

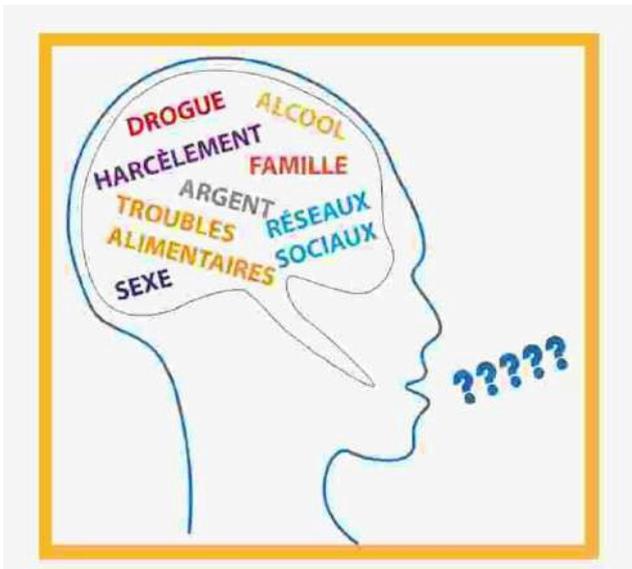
Un constat alarmant : les jeunes en détresse

Dépression, anxiété, isolement, addictions... Les troubles psychiques explosent chez les jeunes. Face à cette réalité préoccupante, il est urgent de briser les tabous et d'agir collectivement. La santé mentale n'est pas seulement une question médicale, c'est un enjeu de société.

Cette conférence avait pour objectif de faire un état des lieux, de partager des expériences et de trouver des leviers d'action pour mieux accompagner les jeunes.

Parmi les intervenants, différents experts et acteurs de terrain, dont des pédopsychiatres, psychologues cliniciens, psychiatre et référent au service de santé universitaire, addictologue, mais aussi une principale de collège pour avoir le regard de l'Education nationale. Et bien sûr, le témoignage des difficultés des familles, incarné par Nadège et Sophie, bénévoles de l'Unafam Charente-Maritime. Nous les remercions pour leur participation.

Suite à cette conférence, vous pouvez retrouver un article de presse publié par ICI La Rochelle (ex France Bleu), à lire ici : <https://www.francebleu.fr/emissions/l-info-d-ici-ici-la-rochelle/la-sante-mentale-chez-les-jeunes-un-theme-en-conference-debat-hier-soir-a-la-rochelle-7557722>



LE COIN CULTURE

Toutes nos recommandations : à voir, à lire, à écouter !

"Intérieur nuit" - Nicolas Demorand, Editions les Arènes

"Je suis un malade mental" : en mars, la révélation de la bipolarité du journaliste co-animateur de la matinale de France Inter avait fait grand bruit.

En une centaine de pages, Nicolas Demorand raconte tout des années d'errance diagnostic, de souffrance et brise la tabou de la maladie psychique.



Hommage à la réalisatrice Marie Garel-Weiss, dont les longs-métrages abordent la santé mentale sans fard

La réalisatrice française, décédée en avril dernier, est "reconnue pour son approche tendre des sujets liés à la santé mentale".

Nous vous conseillons, si ce n'est déjà fait, de découvrir deux de ses films :

- "La fête est finie" (2017), sur le thème des addictions
- "Qu'est-ce qu'on va faire de Jacques ?" (2021), téléfilm qui aborde les difficultés d'une fratrie face aux troubles schizophréniques de leur frère.

