



**Union nationale de familles et amis de personnes
Malades et/ou handicapées psychiques**

Délégation de l'Essonne

Juillet 2022 - Lettre d'informations N° 2022 - 06



**« LE SUICIDE,
PARLONS EN ENSEMBLE »**

JUILLET 2022

L'EPS B. DURAND propose une prise en charge aux proches de personnes ayant déjà fait, ou présentant un risque de faire, une tentative de suicide.

C'est un programme court de 3 séances de 2h qui vise à ouvrir le dialogue sur le suicide et les idées suicidaires entre les suicidants et leurs proches, afin d'éviter une éventuelle récurrence.

Faire connaître les facteurs protecteurs du suicide afin de rendre les aidants à même de mieux protéger leurs proches.

Les prochaines séances débutent en juillet 2022.

Renseignements et inscriptions : par mail à etp@eps-etampes.fr ou téléphone : 01 69 24 09 64 / 01 69 92 53 62.



**REUNIONS « FRERES ET SŒURS »
PARIS**

**14 ET 28 JUILLET
18H30 - 20H30**

Ces prochaines réunions se feront par ZOOM.

L'espace frères et sœurs de la délégation de Paris est animé par une psychologue et une bénévole.

C'est un espace de rencontres et d'échange destiné aux personnes confrontées aux troubles psychotiques d'un frère ou d'une sœur.

Elles se retrouvent pour échanger librement sur leurs questionnements :

- les difficultés rencontrées pour faire des choix de vie,
- l'étrangeté de la maladie psychique et la manière d'y faire face.

Inscription par mail à efs.unafam@gmail.com

Informations pratiques : <https://www.unafam.org/paris/espace-freres-et-soeurs>



**FORMATION SUR LES TROUBLES PSYCHIQUES
FIN SEPTEMBRE 2022**



L'Unafam organise, en collaboration avec la CNSA, des formations s'adressant à toute personne confrontée à la maladie psychique d'un proche (parents, enfants, conjoints, amis, collègues).

Elles concernent prioritairement des non-adhérents à l'Unafam ou de nouveaux adhérents.

Ces formations d'une journée apportent des notions de base sur les maladies psychiques et présentent les différentes structures sanitaires et médico-sociales du département.

La prochaine session aura lieu fin septembre prochain (date à préciser).

L'accès est gratuit ; pour vous inscrire, appelez-nous au 01 64 46 96 21.



SÉJOURS FALRET 2022



Bientôt les vacances : avez-vous pensé aux séjours proposés par l'association « Œuvre Falret » pour vous accorder une pause ?

L'association « Œuvre Falret » organise des séjours à destination des familles et des personnes confrontées à la souffrance psychique.

Séjour « **RÉPIT** » pour AIDANT seul :

Vous soutenez en tant qu'aidant une personne de votre entourage.

Vous vous sentez parfois démuni ou en difficulté dans cette relation, vous vous demandez comment aider au mieux votre proche. Prendre du recul et partager votre expérience pour vous sentir épaulé et moins seul peut vous aider.

Séjour « **PARENTHÈSE** » pour AIDANT et AIDE :

Vous ne souhaitez pas partir l'un sans l'autre, et chacun de vous a besoin d'un temps pour lui, une parenthèse pour décompresser.

S'accorder une pause, profiter l'un de l'autre dans un cadre différent, ces moments sont essentiels pour retrouver l'énergie nécessaire et continuer votre chemin.

Plus d'informations : [cliquez ici](#)

Retrouvez la brochure en [cliquant ici](#)

Union Nationale des Amis et Familles de Personnes Malades et/ou handicapées Psychiques
Reconnue d'utilité publique

Site WEB : www.unafam.org

Unafam Essonne
4 rue d'Ardenay – 91120 - Palaiseau

Site WEB : www.unafam.org/essonne

Courriel : 91@unafam.org

Tél. : 01 64 46 96 21