

Note de communication

Date : 25 juin 2026

Objet :

Proposition d'organisation des pages et contenus BREF pour le site internet de l'UNAFAM Normandie.

1. Organisation des pages

a) Création d'une page régionale dédiée au programme BREF

objectifs :

- Présenter le programme
- Expliquer son intérêt pour les aidants ;
- Décrire son fonctionnement ;
- Orienter les familles vers les modalités d'accès au programme en Normandie.

b) Liens entre les pages

Afin de faciliter la navigation des utilisateurs et d'améliorer la visibilité des contenus liés au programme BREF en Normandie sur le Web :

- La page d'accueil régionale comportera un contenu sommaire sur BREF et un lien vers la page BREF ;
- La page BREF comportera un contenu BREF développé et des pavés cliquables renvoyant vers les pages départementales ;
- Les pages départementales comporteront principalement les informations logistiques et un lien  dans le corps du texte vers la page régionale BREF. (cf contenu)

2. Charte graphique

Dans ce document les couleurs et police de la charte graphique sont respectées

Ci-dessous les codes couleur en CMJ et RVB,

Je rajoute l'HEX (pratique)

Bleu foncé : #4369A4 (67, 105, 164)

Bleu clair : #52A6D3 (82, 166, 211)



1	C = 71	M = 11	J = 0	N = 0
	R = 82	V = 166	B = 211	
2	C = 86	M = 51	J = 0	N = 0
	R = 67	V = 105	B = 164	



BREF : trois rendez-vous d'une heure qui peuvent tout changer

Vous accompagnez un proche vivant avec des troubles psychiques ?

Le programme BREF propose aux aidants un premier espace d'écoute, d'information et de soutien pour mieux comprendre la situation et découvrir les ressources qui peuvent les aider.



➡ En savoir plus sur le programme BREF
Et prendre un rendez-vous près de chez vous

(lien vers la page régionale bref)



BREF : trois rendez-vous qui peuvent tout changer

Un programme de soutien pour les aidants



Face aux troubles psychiques d'un proche, il est souvent difficile de comprendre ce qui se passe, de savoir comment réagir et vers qui se tourner. Le programme BREF a été conçu pour offrir un premier espace d'écoute, de compréhension et d'orientation vers les ressources d'accompagnement.

Pourquoi intervenir le plus tôt possible ?

L'irruption d'un trouble psychique dans une famille est un bouleversement. BREF permet aux proches d'être accompagnés dès les premières étapes afin de mieux comprendre la situation, d'identifier leurs besoins et de trouver des réponses adaptées à leurs préoccupations.

Comment se déroule le programme ?



BREF est un programme de psychoéducation composé de trois rendez-vous individuels d'environ une heure répartis sur trois à six semaines.

Les deux premières séances sont animées par des professionnels de santé formés et extérieurs à l'équipe de soins. La troisième séance associe un bénévole de l'UNAFAM également formé à l'animation du programme.

Ce format court permet de :

- ✓ Répondre aux questions prioritaires des proches aidants
- ✓ Déculpabiliser
- ✓ Faire connaître les ressources et dispositifs d'aide existants
- ✓ Encourager les proches à se faire accompagner dans la durée

Pourquoi la présence d'un bénévole UNAFAM ?

La troisième rencontre marque une étape importante du programme. Grâce à son expérience de proche aidant, le bénévole apporte un regard complémentaire à celui des professionnels de santé. La puissance du "pair à pair" renforce la profondeur des échanges. L'expérience de proche aidant favorise l'identification, le dialogue l'ouverture et favorise la poursuite du parcours d'aide aux aidants.

BREF est conçu pour être le point de départ d'un parcours de soutien que chaque aidant pourra construire à son rythme.

S'inscrire à BREF en Normandie

Trouver un programme BREF près de chez vous

Choisir votre département (pavé cliquable)

[CALVADOS 14] [EURE 27] [MANCHE 50]

[ORNE 61] [SEINE-MARITIME 76]

Un programme reconnu

Conçu et développé par le CLAP (Centre Lyonnais des Aidants en Psychiatrie) et l'UNAFAM, BREF est aujourd'hui soutenu par le ministère chargé de la Santé et l'ARS Normandie pour être déployé progressivement sur l'ensemble du territoire normand et partout en France.

Pour les pages départementales

Programme BREF - Calvados (14)



BREF : trois rendez-vous d'une heure qui peuvent tout changer

Le programme BREF est un programme court de soutien précoce destiné aux proches de personnes vivant avec des troubles psychiques.

Face aux troubles psychiques d'un proche, il est souvent difficile de comprendre ce qui se passe, de savoir comment réagir et vers qui se tourner.

Le programme BREF ([🔗 vers page régionale](#)) a été conçu pour offrir un premier espace d'écoute, de compréhension et d'orientation vers les ressources qui peuvent soutenir les aidants.

BREF est un programme de psychoéducation composé de trois rendez-vous individuels d'environ une heure répartis sur trois à six semaines.



CAEN

ARIANE – Service de réhabilitation psychosociale

15 ter rue Saint-Ouen
14012 Caen

 02 31 30 80 04

 ariane@epsm-caen.fr

CHU de Caen Normandie – Centre Esquirol

Rue Professeur Édouard Zarifian
CS 30001 – 14033 Caen Cedex 9

 **02 31 06 44 25**

 fortier-c@chu-caen.fr

 **Prendre rendez-vous**

 Contactez directement le service le plus proche de chez vous pour obtenir des informations et / ou convenir d'un premier rendez-vous BREF.

Programme BREF - Eure (27)



BREF : trois rendez-vous d'une heure qui peuvent tout changer

Le programme BREF est un programme court de soutien précoce destiné aux proches de personnes vivant avec des troubles psychiques.

Face aux troubles psychiques d'un proche, il est souvent difficile de comprendre ce qui se passe, de savoir comment réagir et vers qui se tourner.

Le programme BREF ([🔗 vers page régionale](#)) a été conçu pour offrir un premier espace d'écoute, de compréhension et d'orientation vers les ressources qui peuvent soutenir les aidants.

BREF est un programme de psychoéducation composé **de trois rendez-vous individuels d'environ une heure répartis sur trois à six semaines.**

ÉVREUX

Nouvel Hôpital de Navarre

62 rue de Conches
27000 Évreux

 **02 32 31 84 01**

 equipe.rehab@nh-navarre.fr

 **Prendre rendez-vous**

 Contactez directement le service le plus proche de chez vous pour obtenir des informations et / ou convenir d'un premier rendez-vous BREF.

Programme BREF - Manche (50)



BREF : trois rendez-vous d'une heure qui peuvent tout changer

Le programme BREF est un programme court de soutien précoce destiné aux proches de personnes vivant avec des troubles psychiques.

Face aux troubles psychiques d'un proche, il est souvent difficile de comprendre ce qui se passe, de savoir comment réagir et vers qui se tourner.

Le programme BREF ([🔗 vers page régionale](#)) a été conçu pour offrir un premier espace d'écoute, de compréhension et d'orientation vers les ressources qui peuvent soutenir les aidants.

BREF est un programme de psychoéducation composé de **trois rendez-vous individuels d'environ une heure répartis sur trois à six semaines.**

 **PONTORSON**

Centre Hospitalier de l'Estran

7 chaussée Villechêrel
50170 Pontorson

 **02 33 68 78 23**

 I.triguel@ch-estran.fr



Fondation Bon Sauveur de la Manche

Pôle Psychiatrie Adulte Centre – Service d'Éducation Thérapeutique

66 rue de Baltimore

50000 Saint-Lô

 **02 33 77 77 21**

 service.metp@fbs50.fr

Prendre rendez-vous

 Contactez directement le service le plus proche de chez vous pour obtenir des informations et / ou convenir d'un premier rendez-vous BREF.

Programme BREF - Seine-Maritime (76)



BREF : trois rendez-vous d'une heure qui peuvent tout changer

Le programme BREF est un programme court de soutien précoce destiné aux proches de personnes vivant avec des troubles psychiques.

Face aux troubles psychiques d'un proche, il est souvent difficile de comprendre ce qui se passe, de savoir comment réagir et vers qui se tourner.

Le programme BREF ([🔗 vers page régionale](#)) a été conçu pour offrir un premier espace d'écoute, de compréhension et d'orientation vers les ressources qui peuvent soutenir les aidants.

BREF est un programme de psychoéducation composé de **trois rendez-vous individuels d'environ une heure répartis sur trois à six semaines.**

SOTTEVILLE-LÈS-ROUEN

Centre Hospitalier du Rouvray

4 rue Paul Éluard
76300 Sotteville-lès-Rouen

 **02 32 95 68 20**

 programme.bref@ch-lerouvray.fr

BOLBEC

CMP-CATTP

76 rue Léon Gambetta
76210 Bolbec

 **02 32 84 65 70**

 hdjabolbec@ch-havre.fr

 DIEPPE

ALVE

30 rue Thiers – RDC
76200 Dieppe

 **02 32 06 88 93**

 samsahdieppe@alve.fr

GHT du Centre Hospitalier de Dieppe

Pôle Psychiatrique
Avenue Pasteur
76202 Dieppe

 **02 32 14 77 37**

 programmebref@ch-dieppe.fr

 LE HAVRE

Service Ambulatoire de Réhabilitation Psychosociale

13 avenue Pablo Picasso
76600 Le Havre

 **02 35 49 65 30**

 sec.sar@ch-havre.fr

 **Prendre rendez-vous**

 Contactez directement le service le plus proche de chez vous pour obtenir des informations et / ou convenir d'un premier rendez-vous BREF.