



L'UNAFAM C'EST AUSSI...



Un autre regard, la revue trimestrielle thématique de l'association

Des **guides** pour l'entourage



Un répertoire national des structures sociales et médico-sociales spécialisées pour les personnes adultes vivant avec des troubles psychiques. Accessible à tous sur www.unafam.org, rubrique « **Trouver une structure** »

VOTRE DÉLÉGATION

UNAFAM Ardennes

A la Maison des Associations – 2^e étage

5 rue Jean Moulin

08 000 CHARLEVILLE-MEZIERES

Tél : 06 89 26 24 03 mail : 08@unafam.org

Octobre 2018



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

MIEUX COMMUNIQUER AVEC SON PROCHE BIPOLAIRE



L'UNAFAM PEUT VOUS AIDER

Mardi 17 et mercredi 18 novembre 2020

Au Campanile de Charleville-Mezieres

INFORMATIONS PRATIQUES

- ▶ Public : Entourage d'une personne vivant avec des troubles bipolaires.
- ▶ Durée : 2 jours.
- ▶ Participation gratuite mais inscription obligatoire auprès de la délégation Unafam organisatrice.
- ▶ Nombre de participants : 12 maximum.

Pour adhérer à l'Unafam et en savoir plus : www.unafam.org

Votre proche souffre de troubles bipolaires ?

VOUS N'ÊTES PAS SEUL, L'UNAFAM PEUT VOUS AIDER !

En France, les troubles bipolaires affectent entre 650 000 et 1 650 000 personnes*.

Pour l'Unafam, une des meilleures façons d'aider les personnes vivant avec des troubles bipolaires, c'est d'aider leur entourage.

L'Unafam est une association reconnue d'utilité publique qui accueille, soutient, forme, informe et accompagne les familles et l'entourage de personnes vivant avec des troubles psychiques et défend leurs intérêts communs depuis 1963.

Grâce à ses 2 000 bénévoles formés présents dans plus de 100 délégations et 300 points d'accueil de proximité répartis dans toute la France, l'Unafam accompagne plus de 14 000 personnes.

*Source : Fondation FondaMental

Vous voulez savoir quelles attitudes adopter avec elle/lui ?

VOUS APPRENDREZ À MIEUX REPÉRER LES SYMPTÔMES POUR AJUSTER VOTRE COMPORTEMENT :

- ▶ Les caractéristiques des phases maniaques et dépressives et les formes de troubles bipolaires.
- ▶ La perturbation des facultés cognitives.
- ▶ Les perturbations émotionnelles entraînant des difficultés de communication.



Participation gratuite

Vous souhaitez améliorer vos relations et vous préserver ?

VOUS APPRENDREZ À COMMUNIQUER PLUS EFFICACEMENT :

- ▶ Comment adapter sa communication en fonction des phases et des manifestations des troubles.
- ▶ Les comportements à adopter en cas de crise.
- ▶ Le renforcement de la communication pour favoriser la prévention des rechutes.

Des mises en situation pourront vous être proposées par les animateurs.

Journée animée par un professionnel de santé spécialiste des troubles psychiques et un bénévole de l'Unafam concerné par la maladie d'un proche