



## INFORMATIONS PRATIQUES

- ▶ L'atelier se déroule sur 3 jours (consécutifs).
- ▶ Chaque atelier est limité à 12 personnes.
- ▶ Les participants s'engagent à suivre l'intégralité de l'atelier.
- ▶ L'inscription est obligatoire auprès de la délégation Unafam régionale ou départementale la plus proche de chez vous.
- ▶ Les coordonnées des délégations Unafam sont disponibles sur [www.unafam.org](http://www.unafam.org), rubrique "Contacter l'Unafam en France".

Pour adhérer à l'Unafam  
et en savoir plus :  
[www.unafam.org](http://www.unafam.org)

L'atelier Prospect en Normandie se déroule à **Angerville l'Orcher** (entre Le Havre et Etretat) au **domaine des Hellandes**.

La participation aux 3 journées est **indispensable**.

Hébergement et restauration sur place.

Des frais de participation sont demandés pour contribuer à l'hébergement et la restauration :  
50 € par personne, 80 € pour un couple.

Prochaines dates :

**15, 16 et 17 mars 2024**

**18, 19 et 20 octobre 2024**

Préinscription et demande d'informations :  
[normandie@unafam.org](mailto:normandie@unafam.org)  
02 35 62 05 15

**UNAFAM Normandie**  
Pavillon des associations  
Centre hospitalier du Rouvray  
4 Rue Paul Eluard  
76300 SOTTEVILLE LES ROUEN

UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES  
MALADES ET/OU HANDICAPÉES PSYCHIQUES  
Siège - 12 Villa Compoint - 75017 Paris - 01 53 06 30 43 - [www.unafam.org](http://www.unafam.org)



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

**ATELIER  
D'ENTRAIDE  
PROSPECT  
FAMILLE**

**L'UNAFAM  
PEUT  
VOUS AIDER**

Août 2017

[www.unafam.org](http://www.unafam.org)  
Service Ecoute-famille : 01 42 03 63 03

## Vous êtes confrontés à la maladie psychique d'un proche

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

En France, plus de 2 millions de personnes\* vivent avec des troubles psychiques sévères. 75%\*\* d'entre elles sont accompagnées au quotidien par leur famille.

Pour l'Unafam, une des meilleures façons d'aider les personnes vivant avec des troubles psychiques, 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 : OMS

\*\*Source : Enquête Unafam 2016

## Vous souhaitez apprendre à faire face dans la durée

### UN TRAVAIL COLLECTIF DE RÉFLEXION ET D'ÉLABORATION POUR :

- ▶ Prendre du recul par rapport à l'incidence de la maladie sur sa propre vie.
- ▶ Prendre conscience des savoirs et des savoir-faire que l'expérience de la maladie fait acquérir.
- ▶ Identifier et apprendre à utiliser des stratégies pour faire face dans la durée.
- ▶ Développer confiance et estime de soi.



Participation gratuite

## Atelier animé par 2 bénévoles de l'Unafam concernés par la maladie d'un proche et formés au programme PROSPECT

### UNE AIDE DE PAIRS À PAIRS BASÉE SUR :

- ▶ La liberté de parole et l'écoute de chacun.
- ▶ L'échange entre pairs d'expériences communes.
- ▶ Une pédagogie interactive.
- ▶ La co-construction de stratégies spécifiques qui permettent de lutter contre la dépendance et l'isolement.

Le programme d'entraide **PROSPECT** a été conçu par l'association **EUFAMI\***, l'Unafam le met en oeuvre en France depuis 2005.  
\*EUFAMI : European Federation of Associations of Families of People with Mental Illness

