

Flash n°10 Novembre 2025

Bonjour à vous tous,

Notre délégué régional Philippe Hulin, adhérent de notre délégation de la Sarthe termine sa mission ce 2 décembre. C'est Pascal Boucherie, notre délégué départemental qui va dès maintenant le remplacer tout en poursuivant son mandat dans la Sarthe jusqu'en avril 2026. Afin de poursuivre les activités de notre association, les bénévoles sarthois se sont engagés dans toutes nos missions d'accueil, de formation et représentation dans les différentes instances, pour continuer à accompagner les familles, travailler à la déstigmatisation de nos proches et se tenir informés des nouvelles pratiques de soins. Chacun à son poste viendra épauler Catherine Martin qui a accepté à partir d'avril 2026, de représenter notre délégation comme Déléguée Départementale avec Nathalie Dupont comme adjointe.

Nous accueillons régulièrement de nouvelles personnes dans notre équipe. Ainsi Marie Joëlle, Mareva et Svetlana viennent de nous rejoindre, persuadées de l'importance du rôle des familles et amis pour le rétablissement de leurs proches en souffrance psychique.

Depuis le mois d'août, suite au départ par mutation de Mme Lagrais, l'intérim de la direction de l'EPSM est assuré par Mr Philippe Paret, également Directeur de l'hôpital Mazurelle en Vendée, et ce au moins jusqu'au mois d'Avril 2026. Les membres du Conseil de Surveillance ont nommé Philippe Hulin comme vice-président du Conseil de Surveillance de l'EPSM de la Sarthe au titre de l'UDAF.

Mr.Paret a modifié et élargi la constitution du directoire de l'établissement, instance chargée d'approuver le projet médical, de préparer le projet d'établissement et de conseiller le directeur dans la gestion et la conduite de l'établissement. Les cadres supérieurs de santé, des représentants d'organisations syndicales et Pascal Boucherie, au titre de représentant des usagers du Conseil de Surveillance, font maintenant partie de cette instance.

Votre présence lors de nos réunions de famille est un encouragement dans notre travail. Nous serons heureux de nous retrouver **le mercredi 3 décembre pour un repas de fin d'année** (*voir l'invitation en fin de ce flash*) qui suivra l'intervention de l'équipe mobile de réhabilitation psycho-sociale, dont le travail est extrêmement précieux pour les personnes

En cette fin d'année, nous vous remercions pour vos adhésions contribuant à réaliser les actions de votre délégation. Merci aussi pour vos dons passés et futurs. Ces derniers peuvent se faire par chèque transmis à notre adresse ou directement sur le site de l'UNAFAM, en précisant en commentaire « don destiné pour la délégation de la Sarthe ».

Activités ACCUEIL

Vous pouvez prendre rendez-vous au 02 43 40 44 53 pour être accueilli :

- Au Mans au 8 rue du Pont, de préférence le lundi après-midi.
- A la Ferté Bernard, le jeudi 18 décembre.
- A la Flèche, ces accueils ont lieu 3 jeudis matin par mois et le 1er lundi du mois l'après-midi.
- A Montval, au rez-de-chaussée de la maison de santé pluridisciplinaire, 1 rue Henri Dunant de 9h à 12h et de 14h à 17h. Accueil individuel sur rendez-vous le 2ème vendredi de chaque mois.

Par ailleurs une permanence est assurée :

- A Montval-sur Loir à la maison de santé le 2ème mardi de chaque mois de 9h à 12h et de 14h à 17h.
- A Mayet à la maison médicale le 2ème mercredi de chaque mois impair de 9h à 12h et de 14h à 17h
- A l'EPSM d'Allonnes, le 3ème mercredi des mois impairs, une permanence est assurée par des membres de l'association Plénitude qui relie des personnes en souffrance psychique, mais stabilisées.

Groupe de parole d'aidants et groupe de parole d'usagers

En présence d'un psychologue et d'un bénévole, ces groupes dits « fermés » peuvent intégrer des personnes au fur et à mesure que des places viennent à se libérer. Les personnes inscrites sont contactées avant chaque séance.

- **Groupes de parole parents Le Mans**

2 groupes de parole ont lieu une fois par mois au 8, rue du Pont Le Mans. L'un le lundi, l'autre le mercredi, de 18h à 20h.

- **Groupe de parole parents Sud Sarthe à La Flèche**

Un lundi chaque mois de 14h30 à 16h30.

- **Groupe de parole conjoints et enfants de personnes en souffrance psychique**

Un lundi par mois au 8, rue du Pont Le Mans, de 18h à 20h.

- **Groupe de parole de parents de jeunes et adolescents**

Un mercredi par mois au 8, rue du Pont Le Mans, de 18h à 20h.

- **Groupe d'entraide de parents**

Un mercredi par mois au 8, rue du Pont Le Mans, de 15h à 17h.

Ce groupe rassemble des personnes qui ont acquis plus de recul par rapport à la maladie. Elles se réunissent sans la présence d'un psychologue.

- **Café-rencontre**

Au 8, rue du Pont Le Mans. Le samedi 20 décembre de 10h à 12h.

Ce café-rencontre permet un échange entre les nouvelles personnes accueillies. Il est animé par deux bénévoles. C'est pour ces personnes l'occasion d'échanger sur leur expérience d'aidants.

- **Groupe de parole « Vie Psychique et citoyenneté » pour les personnes avec une fragilité psychique**

De 14h30 à 16h, dans les locaux de l'ADGESTI, 24 rue Albert Einstein à la Chapelle St Aubin avec une psychologue les vendredi 5 décembre.

Merci de prendre contact avec David Grassin

au 02 43 39 58 36 de 9h à 12h

ou écrire à : d.grassin@adgesti.fr

INFORMATION ET FORMATION DES AIDANTS

Formation Mieux communiquer avec un proche atteint de schizophrénie

samedi 13 décembre

Formation Mieux accompagner un proche souffrant de troubles anxieux

samedi 17 janvier 2026

Difficultés psychiques de l'enfant et de l'adolescent

samedi 28 mars 2026

Toutes ces journées sont gratuites pour les participants avec prise en charge par l'UNAFAM du repas partagé le midi.

L'inscription est obligatoire, le nombre de participants est limité. Il n'est pas nécessaire d'être adhérent.

Les journées sont animées par un professionnel et une bénévole UNAFAM (sauf l'atelier d'entraide qui est de pair à pair).

Pour plus de renseignements, contact de la délégation de la Sarthe au 02 43 40 44 53 ou par mail à l'adresse formation.unafam72@gmail.com.

Plus de détails sur les formations sur le site www.unafam.org et www.unafam.org/sarthe.

Des modules de formations en e-learning sont disponibles sur le site <http://formaidants.fr>.

DESTIGMATISATION

Samedi 15 Novembre : Fête de la famille à Roëzé

Ce forum des associations auquel l'UNAFAM participait, a permis de créer un moment riche en échanges et en apprentissages pour les enfants, parents et équipes éducatives.

Les vendredi 24 octobre et 5 décembre sensibilisation à l'ETSACO d'Allonnes

Nos bénévoles ont réalisé la première sensibilisation aux troubles psychiques des agents et professionnels des établissements de l'ADAPEI de la Sarthe sur le site Bois Joli d'Allonnes.

DEFENSE des INTERETS COMMUNS

Mercredi 5 novembre : intervention de l'association Tétulaire Héliante

Lors de notre réunion mensuelle des familles du 5 novembre, la Présidente et la Directrice de l'Association Tutélaire Héliantie (ATH) nous ont présenté les activités de leur institution.

Du 17 au 21 novembre : Semaine Européenne pour l'Emploi des Personnes Handicapées

18 novembre : table ronde organisée à Changé

Pour cette édition 2025, l'Unafam de la Sarthe, représentée par Nathalie, notre référente Emploi, ainsi que d'autres partenaires du territoire, ont répondu à l'invitation de l'équipe LADAPT du site de St Saturnin pour joindre la SEEPH à la thématique de la **santé mentale**.

Créée en 1929, LADAPT, association loi 1901, pour l'insertion sociale et professionnelle des personnes handicapées, pilote plus de 100 établissements et services d'accompagnement de formation, d'insertion, de scolarisation ou de soin, agissant auprès de plus de 18 000 usagers vivant avec un handicap.

Parce qu'il est essentiel de **sensibiliser** le plus tôt possible, nous sommes intervenus auprès d'élèves, de parents d'élèves et de personnels éducatifs du **collège Jacques Peletier** à Changé. Sous forme de table ronde, de mises en situation et de stands d'**information**, la matinée était consacrée à la thématique suivante :

Quand une difficulté complique la scolarité et affecte la santé mentale :

soutiens, ressources et relais pour le jeune et son entourage.

Le message porté par l'ensemble des intervenants, personnes concernées ou accompagnants, était le même : osez en parler, il y aura toujours quelqu'un pour vous écouter

L'UNAFAM pouvait ainsi mettre en avant ses dispositifs de prévention.

Le vendredi 21 novembre Stand UNAFAM chez Leroy Merlin

Dans le cadre de « **La semaine européenne pour l'emploi des handicapés** », la direction du magasin LEROY MERLIN a invité pour la troisième fois, la délégation de l'UNAFAM à tenir un stand dans le hall d'entrée de l'établissement. Sept bénévoles se sont relayés pour renseigner les clients de passage qui se sont montrés très intéressés.

Le mardi 18 novembre : inter-Centres communaux d'Action Sociale Sud Sarthe

L'UNAFAM était invitée à cette rencontre des CCAS du Sud Sarthe pour présenter l'association et ainsi permettre de déployer les informations et des actions à destination des habitants de ces communes.

Le Jeudi 27 novembre : Conférence intercommunale de Santé de la communauté de communes Sud Sarthe

Dans le cadre du contrat local en santé (CLS) cette rencontre a permis d'offrir aux partenaires et acteurs locaux un temps d'échange et d'informations. Une première partie de la soirée a permis de voir l'avancée du CLS. La deuxième partie a été dédiée à la présentation, au retour d'expériences, à des ateliers participatifs de partenaires locaux.

L'UNAFAM ayant ouvert récemment une permanence à Montval ainsi qu'à Mayet, nous avions ainsi l'occasion de présenter nos missions aux responsables de ce territoire.

29ème Journée CReHPsy, le 28 novembre à TERRA BOTANICA à Angers

Lors de cette journée co-construite avec les PTSM (Projets Territoriaux de Santé Mentale) des Pays de la Loire, il était question des troubles psychiques et risques de rupture des parcours de vie chez les 15/30 ans.

Le gem Tejira recherche tables, outils de jardinage, et bénévole informaticien

Pour toutes vos propositions, téléphonez au 09 73 62 74 12 ou au 06 27 10 24 68 (Mickaël)

Vendredi 5 décembre : Spectacle autour de la bipolarité au théâtre de la Halle au Blé à La Flèche « Déraisonnable »

L'artiste évoquera sa propre histoire face à cette maladie, avec un seul en scène remarquable Et à la fin de la représentation, les spectateurs auront l'occasion d'échanger avec elle au sujet de sa performance artistique et de son propre rapport à la maladie.

Réservation des billets sur le site du Carroi (<https://lecarroi.org/agenda/deraisonnable/>) ou directement à l'accueil du Carroi.

Vendredi 5 décembre 2025 de 18h à 20h au cinéma les cinéastes au Mans : soirée jeunes aidants

Venir découvrir « L'invulnérable », court-métrage de l'auteur/réalisateur Lucas Bacle suivi d'un échange avec des professionnels de santé et des associations.

En France, entre 700 000 et un million de jeunes de 16 à 25 ans aident un proche malade, en situation de handicap ou de dépendance.

La MACIF propose cette soirée à laquelle la plateforme de répit aux aidants de personnes en situation de handicap de la Sarthe participera.

Cette soirée a pour objectif d'apporter des informations sur l'addiction, ses conséquences sur les membres de l'entourage et les soins possibles en addictologie, ainsi que de permettre un temps d'échange sur les expériences de chacun et de répondre aux différentes interrogations.

CSAPA Sosan (Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie)

Tél : 02 43 50 32 52 ou 06 89 70 21 36

L'information entourage est proposée une fois par mois de 17h30 à 19h au 92-94 rue Molière 72000 Le Mans. La participation ne nécessite pas d'inscription au préalable.

Les prochaines dates sont :

- le 16 décembre 2025

et en 2026 :

- le 20 janvier
- le 10 février
- le 17 mars
- le 28 avril
- le 19 mai
- le 16 juin

Séjours Aidants

Les deux séjours organisés en 2024 ont été de véritables réussites. Ils ont permis à des aidants de vivre une parenthèse bienveillante, ressourçante et riche en échanges.

Le dernier séjour de 2025 aura lieu du 7 au 10 décembre 2025.

La Villa des Arts – 72460 Savigné - l'Évêque. Tel : 06 78 37 11 23

Pour rappel, grâce au soutien de la conférence des financeurs l'ANCV et des aides individuelles attribuées par l'AGIRC ARRCO, l'aidant a un reste à charge à 0€.

Pour chaque aidant, nous cherchons ensemble la meilleure solution de prise en charge de son proche aidé durant ce séjour.

Prochaine réunion mensuelle des familles le mercredi 3 décembre

Votre délégation accueillera des professionnels de l'Equipe Mobile de Réhabilitation de l'EPSM d'Allonnes qui présenteront leurs activités.

A l'issue de cette présentation, nous vous proposerons un moment convivial par un repas partagé. L'apéritif sera offert par la délégation. Chacun apporte un plat à partager, ainsi que assiettes, verres, couverts...

Pensez à nous prévenir de votre présence au plus tôt, merci.

Pôle associatif Guy MOQUET – 2, avenue GRECO au MANS