

# Mieux accompagner un proche souffrant de troubles anxieux

Samedi 18 janvier 2025 de 9h00 à 17h00 – LE MANS

Cette d'information sont proposées à l'entourage de personnes souffrant de troubles anxieux.

Vous apprendrez à mieux repérer les symptômes pour ajuster votre comportement :

- Manifestation des troubles, les impacts dans la vie quotidienne, la vie sociale
- Prises en charge qui concourent au rétablissement

Vous apprendrez à interagir plus efficacement avec votre proche en identifiant les attitudes à privilégier et celle à éviter.

**Cela sera l'occasion d'échanger avec des personnes vivant avec les mêmes difficultés.**

**Elle est animée par une professionnelle** des troubles psychiques et d'une bénévole de l'UNAFAM.

Afin de bénéficier pleinement de cette journée, il est préconisé de suivre en amont le module e-learning

*Les troubles anxieux* disponible gratuitement sur [le site unafam.org](http://le.site.unafam.org)

Elle est **gratuite** pour les participants, il n'est pas nécessaire d'être adhérent. Le repas du midi, pris en charge grâce à notre subvention, sera pris en commun.

Si vous êtes intéressé ou pour tout renseignement, contactez-nous au 02 43 40 44 53.

**Le lieu de la formation vous sera communiqué quelques jours avant la date.**

## Bulletin d'inscription

**« Adapter sa communication avec un proche souffrant de troubles anxieux »**

**Samedi 18 janvier 2025**

**A adresser à : UNAFAM Délégation Sarthe – 8 rue du Pont 72100 Le MANS**

**ou par mail** : [formation.unafam72@gmail.com](mailto:formation.unafam72@gmail.com)

Nom : Prénom :

Adresse :

CP : Ville :

Tél. : e-mail :

Votre proche concerné est votre : enfant - conjoint - parent - fratrie - autre :

Date : Signature :