

# 10 DÉLÉGATIONS DÉPARTEMENTALES POUR UN ACCUEIL DES FAMILLES DE PROXIMITÉ ET UNE ENTRAIDE DE PAIR À PAIR

## ACCUEIL, ÉCOUTE, AIDE

### ► Permanences d'accueil locales ou rendez-vous

L'accueil des familles s'effectue au niveau départemental dans le cadre de permanences ou sur rendez-vous par des bénévoles. Cette écoute confidentielle permet ensemble de chercher des pistes d'amélioration à la situation.

### ► Groupes de parole aidants familiaux

Les délégations départementales proposent aux familles d'intégrer des groupes de parole mensuels, lieux d'échanges et d'écoute entre pairs animés par un psychologue.

### ► Groupes de parole pour personnes concernées

Lorsque ce service n'existe pas sur le territoire, des délégations peuvent ouvrir des groupes de parole pour les personnes concernées par des troubles psychiques animés par des psychologues.

### ► Espaces informatifs et conviviaux, détente

Petits déjeuners thématiques, espaces-cafés, réunions des familles sont des espaces de convivialité où de façon informelle les familles trouvent des informations et peuvent questionner les bénévoles. Selon les lieux, différentes activités sont organisées qui permettent de se détendre (sorties culturelles ou de loisirs) ou de se préserver (art-thérapie, ateliers d'écriture, gestion du stress, relaxation, sophrologie, ...).

## INFORMATION, FORMATION, SENSIBILISATION

### ► Réunions d'information, conférences-débats,

(Le monde de la psychiatrie, protection juridique, médication, insertion sociale et professionnelle, protection juridique, addictions)

### ► Fonds documentaires et Publications

Les délégations départementales disposent de bibliothèques spécialisées et prêtent des ouvrages. L'Unafam publie des guides pour l'entourage des proches malades. Des bulletins locaux sont édités.

### ► Formations

Avec le soutien financier de la Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie et de l'Agence Régionale de Santé Grand-Est des formations sont organisées sur les territoires en direction de l'entourage des personnes concernées par des troubles psychiques. Ces formations visent un meilleur accompagnement des proches.

Atelier d'entraide PROSPECT, Journée d'information sur les troubles psychiques, Mieux accompagner un proche souffrant de schizophrénie, adapter sa communication avec un proche souffrant de troubles bipolaires, journée d'information sur la dépression sévère et résistante, journée d'information sur les troubles du comportement de l'enfant et de l'adolescent, Mieux accompagner un proche souffrant de troubles anxieux, Faire face à la tristesse de l'aïdant, Faire face à l'agressivité, Atelier communiquer avec bienveillance...

### ► Sensibilisation

Organisées et dispensées par des bénévoles les demi-journées de sensibilisation visent à lutter contre la stigmatisation des maladies psychiques pour une meilleure intégration. Elles s'adressent à un public varié (personnels municipaux, pompiers, étudiants en institut de formation en soins infirmiers, salariés d'entreprises privées etc...).

## DEFENSE DES DROITS

### ► Représentation des usagers

L'agrément du Ministère de la Santé, permet aux bénévoles de siéger au sein d'instances sanitaires, médico-sociales et sociales (Commissions de l'Agence Régionale de Santé, Commission des Usagers des hôpitaux, Commission Départementale des Soins Psychiatriques, Commissions des droits et de l'autonomie des personnes handicapées (CDAPH-MDPH) ...).

## LUTTE CONTRE LA STIGMATISATION DES TROUBLES PSYCHIQUES

### ► Evènements grand-public

Les bénévoles se mobilisent chaque année pour faire changer le regard sur les troubles psychiques en organisant des événements aux côtés de partenaires : ciné-débats, conférences, tables rondes, Forums, Semaines d'Information sur la Santé Mentale, Journée Mondiale de la Santé Mentale...

#ParlonsEnAutrement

## CONTACTER LES BÉNÉVOLES DE VOTRE DÉLÉGATION DÉPARTEMENTALE UNAFAM

### ► 08 ARDENNES: 08@unafam.org ● 03 24 56 23 88

5, rue Jean Moulin 08000 CHARLEVILLE-MÉZIÈRES

### ► 10 AUBE: 10@unafam.org ● 03 25 40 62 74

24 quater, avenue Roger Salengro 10600 LA CHAPELLE-SAINT-LUC

### ► 51 MARNE: 51@unafam.org ● 06 73 66 13 02

Maison de la vie associative, 122 bis rue du Barbâtre 51100 REIMS

### ► 52 HAUTE-MARNE: 52@unafam.org ● 06 48 39 38 52

5, rue Paul Valéry 52000 CHAUMONT

### ► 54 MEURTHE-ET-MOSSELLE: 54@unafam.org ● 03 83 53 26 57

6, rue du général Chevert 54000 NANCY

### ► 55 MEUSE: 55@unafam.org ● 06 70 70 75 81

C/O UDAF 7 bis, quai Carnot 55000 BAR-LE-DUC

### ► 57 MOSELLE: 57@unafam.org ● 06 42 39 83 77

24, rue du Palais 57000 METZ

### ► 67 BAS-RHIN: 67@unafam.org ● 03 88 65 96 40

34, route de la fédération 67100 STRASBOURG

### ► 68 HAUT-RHIN: 68@unafam.org ● 06 11 86 78 84

C/O GEM Les ailes de l'espoir 4, avenue R. Schuman 68100 MULHOUSE

### ► 88 VOSGES: 88@unafam.org ● 03 29 64 05 73

Maison des associations 10, quartier de la Magdeleine 88000 ÉPINAL

#LaForceDAvancer



## FACE A LA MALADIE PSYCHIQUE, NE RESTEZ PAS SEUL !

Nombre de personnes atteintes de troubles psychiques :

 **168 000**

(3% de la population du Grand-Est)

Nombre de personnes de l'entourage impactées :

 **336 000**

(2 personnes en moyenne par personne concernée 6%)

Total personnes concernées directement ou indirectement :

 **504 000**

(9% de la population du Grand-Est)

### L'UNAFAM DANS LE GRAND-EST, C'EST : (Chiffres 2023 bilan d'activité)

 **1 239** adhérents  
 **174** bénévoles

 **1 567** appels traités  
 **392** familles accueillies

 **29** groupes de parole aidants  
 **269** bénéficiaires

**95** Représentants des Usagers dans le sanitaire (CDU, CDSP...)

**104** Représentants des Usagers dans le médico-social

 Une participation dans **16** Conseils Locaux de Santé Mentale



### DÉLÉGATION RÉGIONALE GRAND-EST

122, quai Claude Le Lorrain 54000 NANCY  
grand-est@unafam.org 03 83 96 04 06

## LE SOUTIEN AUX FAMILLES DONT UN PROCHE VIT AVEC DES TROUBLES PSYCHIQUES SÉVÈRES

SCHIZOPHRENIES BIPOLARITE TOC DEPRESSION SEVERE  
TROUBLES ANXIEUX

**#LIBÉRONSTLESMAUX**

### L'AIDE AU PLAN NATIONAL

**01 42 63 03 03 Ecoute-Famille : un numéro d'appel national**

Un service d'écoute téléphonique national animé par une équipe de psychologues permet un soutien, la transmission d'informations, l'orientation vers des organismes dédiés dans le respect de l'anonymat.

**Bénéficier de l'appui de professionnels pour les cas complexes**  
(assistantes sociales, avocat, psychiatre, psychologue)

**Rester informé sur l'actualité**

Avec la revue trimestrielle *Un autre regard*, la lettre électronique mensuelle de la Présidence et aussi des colloques scientifiques

**Consulter le site Internet : <http://www.unafam.org>**

avril 2025

Siège national : 112, rue Aufan • 92300 LEVALLOIS-PERRET • 01 53 06 30 43

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

Association reconnue d'utilité publique

Retrouvons ensemble la force d'avancer

Au plan national l'UNAFAM est notamment soutenue par la Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie et la Direction Générale de la Cohésion Sociale et au plan régional par l'Agence Régionale de Santé Grand-Est