

L'atelier d'entraide PROSPECT s'adresse à toute personne confrontée à la maladie psychique d'un proche qui souhaite apprendre à faire face dans la durée.

Il permet d'identifier, grâce au travail collectif de réflexion et d'élaboration avec les animateurs, des savoir-faire et des stratégies pour une reprise en main de sa propre vie et donne la possibilité de construire des projets d'avenir.

OBJECTIFS

- Prendre du recul par rapport à l'incidence de la maladie sur notre vie
- Prendre conscience des savoirs et des savoir-faire que l'expérience de la maladie nous a fait acquérir.
- Identifier des stratégies pour faire face dans la durée.
- Développer un réseau qui nous soutienne dans l'avenir
- Développer confiance et estime de soi.
- Encourager l'autonomie des proches malades

PROGRAMME

Cette formation de 20 h est structurée en 10 modules. Elle est centrée sur les aidants, l'entourage. Les participants vont travailler à partir de leur vécu, leurs expériences, et pour soi, dans une réflexion à la fois collective et personnelle. .

PUBLIC CONCERNE

Entourage proche de personnes vivant avec une maladie psychique

MODALITES

- ▶ Animation par deux bénévoles de l'UNAFAM concernées par la maladie d'un proche et formées au programme Prospect
- ▶ La durée est de **3 journées (9h à 18h), les vendredi 21, samedi 22 et dimanche 23 JUIN 2024**
- ▶ **Dans le local de l'UNAFAM, au Centre Hospitalier de La Chartreuse à Dijon**
- ▶ 12 participants maximum – Repas en commun pris en charge par l'UNAFAM
- ▶ La participation est gratuite mais l'inscription est obligatoire

**Bulletin d'inscription « Atelier d'entraide PROSPECT »
à adresser à UNAFAM 21,
c/o Maison des Associations - boîte K4 - 2 rue des Corroyeurs 21000 DIJON
ou par courriel : 21@unafam.org**

Nom :Prénom :

Adresse :

CP : Ville :

Tél. : e-mail :

Je suis joignable par téléphone de préférence le à heures

Je m'inscris à l'Atelier PROSPECT qui aura lieu les **vendredi 21, samedi 22 et dimanche 23 Juin 2024**

dans le nouveau local de l'UNAFAM situé à l'entrée du site touristique du Puits de Moïse,

au Centre Hospitalier de La Chartreuse, 1 Bd Chanoine Kir – 21000 DIJON

Je suis en activité professionnelle : OUI - NON (rayer la mention inutile)

Date :

Signature :