

03-2026 Juillet 2026

Edito

Chères adhérentes, chers adhérents,

Le feu est un phénomène très dévastateur, perçu comme une menace immédiate. Chacun la vit avec sa propre perception, elle sera plus ou moins envahissante, plus ou moins traumatisante. Ceci dit, nous tous pouvons imaginer les répercussions que cette période aura sur nos proches. C'est le type d'évènement qui bouscule tout ce qu'ils ont construit, souvent avec peine, nous voulons parler des repères nécessaires pour vivre et gérer leurs émotions. Ce flot continu d'images intrusives les invite à "scroller", sollicite leur hypervigilance pour capter la dernière actualité, le dernier point presse... les déstabilise encore plus comme s'ils avaient besoin de ça. Ce n'est pas le petit coup de pouce espéré en cette année "Grande Cause".

Une fois l'évènement traumatique passé, il sera bon de repérer les symptômes anxieux, les idées noires, la perte de plaisir, les angoisses que nos proches pourraient développer.

Nous sommes habitués, certes, à ce genre de traversées à hauts risques mais nous sommes convaincus que la solidarité dont nous savons faire preuve depuis plus de 60 ans maintenant, nous emmènera vers des rivages plus sereins, plus en lien avec une nature dans laquelle nos proches iront se ressourcer.

Prenez soin de vous, nous avons tous besoin les uns des autres pour construire la solidarité de notre communauté Unafam.

Dahbia et Jean-Luc

Besoin d'aide ? Une aide psychologique gratuite est ouverte au 0800 719 912 de 9h à 17h

Bref

Bonne nouvelle pour les aidants : le parcours

Bref ! se déploie en Nouvelle-Aquitaine.

Tout d'abord, un centre de formation a vu le jour à Poitiers, et de nombreuses équipes de soignants se forment pour assurer ce programme psychoéducatif à destination des familles. Pour rappel, le parcours comporte 3 rendez-vous et l'Unafam est présente au cours du dernier rendez-vous pour amener sa vision de pair, et proposer les services qui sont offerts aux familles : journée troubles psychiques, accueil, groupe de parole, conférences...

Notre délégation de Gironde compte aujourd'hui 9 bénévoles formés qui vont pouvoir assurer les rendez-vous auprès des différents centres médicaux ou socio-médicaux, répartis sur toute la Gironde.

Les foulées du Rotary

N'oubliez surtout pas de réserver votre journée du 13 septembre prochain : ce dimanche-là, le Rotary Club de Pessac organise les "Foulées du Rotary" sur le site du campus de Pessac. Le parcours de 5 kilomètres peut être parcouru en marchant ou en courant. Tous les participants sont attendus à partir de 9h00, et jusqu'à 14h pour ceux qui le désirent. Des stands vous accueilleront sur le site, ainsi que des food trucks.

Grâce aux bénéfices de la journée, reversés à la délégation Gironde, un van aux couleurs de l'Unafam sillonnera le Sud Gironde, le Castillonnais, le Blayais, le Médoc, dans le but de déstigmatiser la santé mentale.

Inscription sur : <https://www.helloasso.com/associations/rotary-club-de-pessac-les-graves>

03-2026 Juillet 2026

La Journée départementale

C'est le 27 juin dernier que s'est tenue notre journée départementale, à l'IRTS de Talence, dans l'auditorium, amphithéâtre de 100 places ; les places restant sur les marches n'étaient pas très confortables, mais ô combien utiles...

Le thème de la journée était "l'Après-soi", ou "Prévoir aujourd'hui pour assurer l'avenir de son proche".

La journée a été introduite par Sébastien Saint-Pasteur, député de la Gironde, rapporteur de la commission "Prise en charge de la santé mentale et du handicap". Cette commission a confirmé les défaillances criantes de notre système de santé dans ce domaine.

"L'instant philosophique" qui a suivi, nous a interrogés sur la question de la mort et de la disparition.

La matinée, animée par Maître Bourdel accompagné de Maître Brun-Teisseire, a été consacrée aux aspects matériels lors d'une situation de handicap reconnu :

- la sécurisation financière
- l'organisation et la transmission du patrimoine familial
- les outils financiers spécifiques ouverts à nos proches

Depuis 2024, le réseau Not'isme s'est spécialisé dans l'expertise juridique pour accompagner les personnes vivant avec un handicap.

Une pause musicale a suivi le déjeuner convivial, servi à l'ombre des platanes.



Nous avons ainsi pu écouter avec attention et plaisir, Amanda qui a déclamé ses propres poèmes, accompagnée à la guitare par Benoist, tous deux adhérents du Gem Médiagora.

La question du logement pour nos proches a été ensuite abordée par un bénévole du groupe Logement de la délégation.

Suite...

Différentes pistes possibles ont été présentées. Vous pouvez toutes les retrouver sur le site Unafam Gironde. N'hésitez pas à le consulter :

<https://www.unafam.org/gironde/aide-au-logement>

La journée s'est poursuivie par une table ronde: "Accompagnement et vie sociale", animée par Dominique Maison.

Autour de la table étaient présents : l'ESPASS de Podensac, le centre ressources Handi Village, Espoir 33, et l'équipe mobile PHV. Chaque structure a présenté ses offres d'accompagnement.

Dans ce cadre, la délégation 33 envisage de créer un groupe dont la mission serait d'accompagner les personnes en situation de handicap tout au long de leur processus de deuil.

A ce sujet, une enquête a été réalisée auprès des participants, dont les résultats sont en cours d'analyse.

L'agenda

- 5 septembre : forums des associations : L'Unafam sera présente à Bordeaux, La Teste de Buch, Libourne
- 5 septembre : la pause-café des aidants revient à la MDU de Perrens
- 7 septembre : réunion des bénévoles à l'Athénée
- 12 septembre : Collective Run avec le 3114 à Perrens
- 13 septembre : Les foulées du Rotary
- 15 septembre : conférence sur les avancées thérapeutiques en psychiatrie
- du 5 au 18 octobre : les semaines d'information sur la santé mentale