



## **ATELIER PROSPECT**

**Faire face dans la durée aux troubles psychiques d'un proche.**

### Les ateliers d'Entraide Prospect Famille sont une aide pour :

- Prendre du recul
- Prendre conscience de nos savoir faire
- Identifier des stratégies pour faire face dans la durée
- Développer un réseau qui nous soutienne dans l'avenir
- Développer confiance et estime de soi

### Comment cela se passe ?

- L'atelier rassemble 10 à 12 personnes confrontées à la maladie et se déroule sur 3 jours de 9 h à 17 h.
- Il est organisé, préparé et animé par deux bénévoles de l'Unafam spécialement formés.

### Prochain atelier

**Le prochain atelier aura lieu du jeudi 21 au samedi 23 janvier 2021 à la Maison des Associations, 2 rue Darritchon à BIARRITZ.**

**Il est ouvert à tous adhérents et NON adhérents**

**Il est possible de s'inscrire dès maintenant en contactant l'Unafam au 05.40.39.59.07**