

## Charte du «Groupe de parole» de l'Unafam 89

Le groupe de parole est une pratique de soutien qui offre un lieu d'échange et d'écoute pour les personnes (famille, amis) en contact avec un proche souffrant d'un trouble psychique, diagnostiqué ou non.

Ce temps de parole est un temps de pause: il permet d'être entendu, compris et de s'exprimer dans un cadre bienveillant, sans jugement et en toute confidentialité. Il permet de sortir de l'isolement, d'exprimer ses émotions, ses souffrances. Grâce au partage d'expérience, à cet «entre-nous» dynamisant et réconfortant, les participants arrivent progressivement à mieux vivre au quotidien.

L'assiduité de chacun est gage de progrès pour soi et, également, pour les autres membres du groupe.

### Fonctionnement du groupe de parole

L'accueil dans le groupe de parole se fait suite à un entretien individuel avec deux bénévoles formés de la délégation Unafam Yonne.

Le participant est invité à adhérer à l'UNAFAM à compter de la 3ème séance.

Le groupe de parole Unafam fonctionnent sur la base d'un binôme,  
-1 psychologue « animateur »  
-1 bénévole « coordonnateur » concerné par la maladie psychique

**Dans un souci de continuité, pour le bon équilibre et la progression du groupe, le participant prévient le bénévole de son absence ponctuelle.**