

## Informations

- > Des réunions des adhérents sont proposées sur un sujet précis pouvant concerner les familles.
- > Chaque année en mars, lors des semaines nationales d'information sur la santé mentale, des débats sont organisés afin de sensibiliser le public aux maladies psychiques.

Des formations pour vous guider

Bénéficiez de

formations élaborées par l'UNAFAM spécifiquement destinées aux aidants de personnes vivant avec des troubles psychiques



## Formation troubles psychiques

Pour acquérir des connaissances sur les maladies et le handicap psychique, les offres de soins et les structures de votre département. Formation dispensée par un bénévole formé et un professionnel (psychologue, infirmier de secteur psychiatrique, cadre de santé...)

## Ateliers prospect famille

Pour les membres de l'entourage qui souhaitent disposer de moyens concrets pour pouvoir faire face à la maladie de leur proche. Formation dont les animateurs sont directement concernés par la maladie.



# unafam

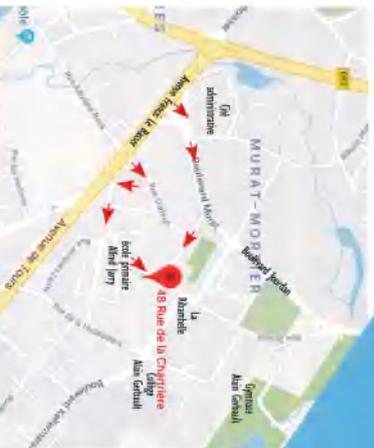
MAVENNE

48, rue de la Chartrière  
53000 LAVAL  
Tél. 06 88 14 92 68  
53@unafam.org



Retrouvez toute l'actualité de la délégation sur le site [www.unafam.org](http://www.unafam.org) rubrique «l'UNAFAM en France» puis vous cliquez sur le département 53

Coordonnées GPS :  
Lat. 48.061362  
Long. -0.75146



Pour adhérer à l'UNAFAM et en savoir plus

[www.unafam.org](http://www.unafam.org)

# unafam

UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES MALADES ET / OU HANDICAPÉES PSYCHIQUES

un de vos  
**PROCHES**  
à des TROUBLES  
PSYCHIQUES?

## L'UNAFAM

peut vous aider



Service Ecoute-famille

01 42 63 03 03

[www.unafam.org](http://www.unafam.org)



**Vous désirez être formé sur votre rôle d'aidant ?**

**Vous voulez que vos proches fragilisés puissent être davantage représentés auprès des instances ?**

**Vous n'êtes pas seul, l'UNAFAM peut vous aider !**

En France, plus de **2 millions de personnes\*** vivent avec des troubles psychiques sévères. **75%\*\* d'entre elles** sont accompagnées au quotidien par leur famille.

Pour l'UNAFAM, une des meilleures façons d'aider les personnes vivant avec des troubles psychiques, c'est d'aider leur entourage.

**Réseau bénévole d'entraide et de défense des intérêts**, l'UNAFAM est une association reconnue d'utilité publique. Elle accueille, écoute, soutient, forme, informe et accompagne les familles et l'entourage de personnes vivant avec des troubles psychiques et défend leurs intérêts communs depuis 1963.

Grâce à ses **1700 bénévoles** formés présents dans plus de **100 délégations** et **300 points d'accueil** de proximité répartis dans toute la France, l'UNAFAM accompagne plus de **14000 personnes**.

\*Source : OMS  
\*\*Source : Enquête UNAFAM 2016

**Vous venez d'apprendre que l'un de vos proches est atteint d'un trouble psychique ?**

**Des bénévoles pour vous soutenir**

Des bénévoles, eux-mêmes proches de personnes vivant avec des troubles psychiques, sont formés pour vous aider :

- > en vous accueillant en tête-à-tête ou dans le cadre de réunions informelles
- > en vous proposant des groupes de parole, des ateliers d'entraide, des conférences, des formations...
- > en vous informant sur les parcours de soins, les différents dispositifs de prise en charge, les structures et services adaptés à la situation que vous vivez.
- > en représentant les personnes vivant avec des troubles psychiques et leur entourage auprès des instances et institutions sanitaires, médico-sociales et sociales de leur département.

**Vous souhaitez participer à une réunion d'entraide et de partage d'expériences ?**

L'UNAFAM de la Mayenne contribue à l'élaboration de la politique de santé dans le domaine de la psychiatrie et défend les familles et les malades auprès des élus et des responsables. L'UNAFAM est présente dans toutes les régions et départements français.

**Accueil des familles de la Mayenne**

> **Service écoute-famille** au siège à Paris, tél. 01 42 63 03 03 du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 18h. Une équipe de psychologues accueille, écoute, informe et oriente toute personne qui souhaite parler de la maladie d'un ami ou d'un membre de sa famille. C'est un lieu d'écoute neutre où la personne peut garder l'anonymat si elle le désire.

> **Sur rendez-vous**, en téléphonant au 06 88 14 92 68. Un bénévole vous répondra et vous fixera un rendez-vous, soit dans notre local à Laval soit dans un autre lieu.

> **Permanence maison des usagers** au Service de Psychiatrie Adulte Lavallois le jeudi de 15h à 17h.

**Formations de la Mayenne**

> **Ateliers « Connaître la maladie pour mieux vivre avec »** : animés par un professionnel de la psychiatrie, vous apprendrez à connaître les différentes pathologies psychiques, les traitements et les effets secondaires des médicaments et quelques conseils vous seront donnés afin de « mieux vivre » avec la maladie de votre proche. Celles-ci ont lieu :

▶ à Laval > contacter la délégation pour connaître les dates, lieux et horaires

▶ à Mayenne > à la maison des usagers du centre Hospitalier du Nord-Mayenne le 1<sup>er</sup> mardi de chaque mois de 17h à 19h (sauf juillet et août)

> **Groupe de parole**, animé par un psychologue et coordonné par un bénévole au local à Laval, de 18h à 20h (contacter délégation pour dates)

> **D'autres formations** sont proposées et organisées au niveau régional.