



Ce document d'information s'adresse à vous, patient, et surtout aux personnes de votre entourage : parent, conjoint, amis, personne de confiance... Notre Association peut les aider et les soutenir ainsi que vous-mêmes. Merci de le leur remettre.

Un de vos proches souffre de troubles psychiques ? Ne restez 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.

Nous, leurs proches, nous partageons leur souffrance au quotidien. Nous souhaitons leur bien être mais nous sommes trop souvent démunis devant leurs difficultés. Nous avons besoin de soutien pour faire face à cette situation. Nous avons besoin d'informations sur ces maladies, sur les parcours de soins, les différents dispositifs de prise en charge. Nous avons besoin de nous former à notre rôle d'aidant bienveillant.

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

En Aveyron des bénévoles de l'UNAFAM, eux-mêmes proches de personnes vivant avec des troubles psychiques, sont formés pour vous soutenir et vous aider, ils vous proposent :

- **Un accueil** : sur simple appel téléphonique au **07 77 38 96 00**, un rendez-vous vous sera donné, à la date qui vous convient, pour une rencontre soit au Centre Hospitalier Sainte Marie, soit sur Rodez ou Millau ou Villefranche-de-Rouergue.
- **Des rencontres** d'adhérents, pour s'informer, faire connaissance et échanger.
- **Un groupe de parole** constitué de 8 à 12 personnes confrontées à la maladie psychique d'un proche se réunit chaque mois avec une psychologue pour échanger entre elles sur leur vécu
- **Des ateliers d'entraide** organisés sur 3 journées, animés par des bénévoles de l'Association sur la base d'un programme européen et s'appuyant sur des échanges de pratique face à la maladie psychique d'un proche.
- **Des conférences** ...

L'UNAFAM de l'AVEYRON assure aussi :

- **La représentation et la défense des usagers** au sein de différentes instances : Commission des usagers (CDU) du Centre Hospitalier Sainte Marie, Commission Départementale des Soins Psychiatriques (CDSP), Maison départementale des personnes handicapées (MDPH)...
- **Le soutien aux deux Groupes d'entraide mutuelle (GEM)** de Millau et de Rodez, qui sont des lieux de rencontres et de partage pour nos proches.
- **L'appui aux différents projets** de création de services d'accompagnement médico-social pour adultes handicapés, de logements adaptés ...

N'hésitez pas, contactez-nous !

Union Nationale des Familles et Amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques
Délégation de l'Aveyron
Tel. 07 77 38 96 00 – 12@unafam.org