

Flash n°6 Juin 2024

Bonjour à toutes et à tous,

Le temps de l'été arrive. Nous pensons aux personnes davantage isolées en cette période où les activités habituelles sont souvent à l'arrêt...

Pour notre part, nous réfléchissons déjà aux différentes interventions que nous sommes invités à mener à la rentrée, en particulier dans les lycées, à La Ferté Bernard, à Mamers...Ceci pour permettre aux élèves de connaître les structures qui peuvent les aider dans leur quotidien.

Un autre « chantier » va également nous mobiliser cet été. **Ce sera notre déménagement !**

L'EPSM ayant besoin de ses locaux au 52 rue Chanzy, nous serons dès septembre domiciliés au **8 rue du pont au Mans**, face à la salle Pierre Guédou. Dans un prochain mail, nous vous donnerons toutes les indications utiles pour vous rendre dans notre nouveau local. Nous ferons probablement appel aux bonnes volontés pour nous aider lors de cet emménagement.

D'ici là, nous souhaitons un bon été à chacun d'entre vous et à vos proches.

SOUTIEN des FAMILLES

Activités ACCUEIL

Vous pouvez prendre rendez-vous au 02 43 40 44 53 pour être accueilli.

- Au 52 rue Chanzy puis au 8 rue du Pont au Mans de préférence le lundi après-midi.
- A La Ferté Bernard, le jeudi 20 juin.
- A Sablé, un vendredi par mois à 13h30 ou 16h30.
- A Montval sur Loir un vendredi par mois.

Groupe de parole d'aidants et groupe de parole d'utilisateurs

En présence d'un psychologue et d'un bénévole, ces groupes dits « fermés » sont pour l'instant au complet. Nous proposons des places au fur et à mesure qu'elles viennent à se libérer. Les personnes inscrites sont contactées avant chaque séance.

- [Groupes de parole parents Le Mans](#)
2 groupes de parole ont lieu une fois par mois au 52 rue Chanzy puis au 8 rue du Pont Le Mans. L'un le lundi, l'autre le mercredi, de 18h à 20h.
- [Groupe de parole parents Sud Sarthe à Sablé](#)
A la salle municipale, ancienne école de Gâtines. Un vendredi chaque mois de 14h30 à 16h30.
- [Groupe de parole conjoints et enfants de personnes en souffrance psychique](#)
Un lundi par mois au 52 rue Chanzy puis au 8 rue du Pont Le Mans, de 18h à 20h.
- [Groupe de parole de parents de jeunes et adolescents](#)
Un mercredi par mois au 52 rue Chanzy puis au 8 rue du Pont Le Mans, de 18h à 20h.
- [Groupe d'entraide de parents](#)
Un mercredi par mois au 8 rue du Pont Le Mans, de 15h à 17h.
Ce groupe rassemble des personnes qui ont acquis plus de recul par rapport à la maladie. Elles se réunissent sans la présence d'un psychologue.

- **Café-rencontre**

Au 8 rue du Pont Le Mans. Le samedi 7 septembre de 10h à 12h.

Ce café-rencontre permet un échange entre les nouvelles personnes accueillies. Il est animé par deux bénévoles. C'est pour ces personnes l'occasion d'échanger sur leur expérience d'aïdants.

- **Groupe de parole « Vie Psychique et citoyenneté » pour les personnes avec une fragilité psychique**

De 14h30 à 16h, dans les locaux de l'ADGESTI, 21 rue Albert Einstein à la Chapelle St Aubin avec une psychologue le 5 juillet

Merci de prendre contact avec David Grassin au 02 43 39 58 36 de 9h à 12h

ou écrire à : d.grassin@adgesti.fr

INFORMATION ET FORMATION DES AIDANTS

Programme de formations UNAFAM de la Sarthe

- **Journée d'information sur les troubles psychiques** : Date : Samedi 7 septembre 2024
- **Mieux accompagner un proche souffrant de troubles anxieux** : Date : Samedi 28 septembre 2024
- **Adapter sa communication avec un proche souffrant de troubles bipolaires** : Date : Vendredi 4 octobre après-midi et Samedi 5 octobre 2024
- **Formation-atelier « Entraide Prospect »** : Dates : Samedi 30 novembre, samedi 7 décembre et dimanche 8 décembre 2024
- **Mieux accompagner un proche souffrant de schizophrénie** : Date : Samedi 14 décembre 2024

DESTIGMATISATION

Marche pour la santé mentale « Psychodon » le 9 juin

Cette action organisée par Yann MASSART, délégué général de l'association « **Dites je suis là** » s'inscrit dans le cadre de la mobilisation nationale intitulée « **Unis pour faire cause de la santé mentale** », liée à l'événement annuel : « **le Psychodon** ».

La marche, à laquelle l'UNAFAM a participé, a regroupé une trentaine de personnes afin de promouvoir la sensibilisation, la prévention et l'accompagnement des personnes souffrant de troubles psychiques. La présence de journalistes locaux (Ouest France et Le Maine Libre) a permis de relayer cet événement dans la presse.



Photo de groupe lors de la marche du Psychodon

Programme RCF 2024-2025

Notre délégation UNAFAM participe régulièrement à l'émission « **La force des différences** ». Chaque semaine, les acteurs associatifs de la Sarthe se rencontrent lors d'une table ronde pour échanger/débattre de sujets en lien avec la solidarité, la précarité, la société, le handicap, le monde du bénévolat...

Objectif : croiser les regards et les témoignages, pour permettre à l'auditeur de découvrir les nombreuses structures/solutions d'accompagnement répondant à ces enjeux en Sarthe.

Lors de chaque émission, un temps spécifique (7-8 min) est consacré à chaque structure pour lui permettre d'évoquer son actualité propre, annoncer ses événements ou rendez-vous.

Prochain enregistrement pour la saison 2024/2025, mardi 3 septembre en partenariat avec l'association : « **Dites, je suis là** »

Une question psy : 02 43 43 51 83 Dispositif de Réponse Rapide d'Etablissement (DIRRE)

Si vous avez besoin d'obtenir rapidement un avis ou une orientation spécialisée en santé mentale, ce service de l'EPSM d'Allonnes est ouvert du lundi au vendredi de 8h30 à 18h.

Une question psy ?

Besoin d'obtenir rapidement un avis ou une orientation spécialisés en santé mentale ?

02 43 43 51 83
Dispositif de Réponse Rapide d'Établissement (DIRRE)

USAGERS/ENTOURAGE
Écoute et soutien
Évaluation de l'urgence
Orientation vers une prise en charge adaptée

PROFESSIONNELS
Demande de renseignements sur l'offre de soins en psychiatrie
Demande d'avis spécialisé psychiatrique

« Numéro unique » - Appel confidentiel

Du lundi au vendredi
De 8h30 à 18h
En cas d'urgence, composez le 15.

EPSM Sarthe
Établissement public de santé mentale

Plaque du DIRRE

Présentation du Pôle addictologie

Lors de notre réunion mensuelle du 5 juin, les responsables du pôle addictologie sont venus nous présenter leur mission. Ces professionnels nous ont bien sûr rappelé que leurs soins ne peuvent répondre qu'à une demande personnelle et volontaire des patients. Le chemin pour sortir d'une addiction est difficile. La rechute est fréquente mais il est toujours possible de tenter à nouveau un suivi avec l'aide bienveillante des professionnels.



Les deux intervenants du Pôle Addictologie

Conseils Locaux en Santé

Pascal Boucherie ainsi que d'autres bénévoles continuent de participer à l'élaboration des divers **Conseils Locaux en Santé de la Sarthe**, afin de programmer en particulier des actions de prévention sur la santé mentale et les addictions.

Ces conseils se mettent en place au Mans, dans la Communauté de Communes Val de Sarthe (La Suze), à Loué-Brûlon-Noyen, dans le Pays Sabolien, dans les Vallées de la Braye et de l'Anille, et dans le Pays Fléchois.

A propos d'un nouveau service public : le Service Public Départemental de l'Autonomie

Le Département de la Sarthe, parmi 18 autres départements, a été retenu pour être préfigurateur du futur **Service Public Départemental de l'Autonomie (SPDA)**.

Ce service public vise à mettre en cohérence les différents acteurs de terrain, pour apporter aux personnes une réponse globale et coordonnée, garantir la continuité des parcours et faciliter l'accès concret et rapide aux offres, qu'elles aient pour objet l'inclusion, l'adaptation de l'habitat, les services de santé ou l'accompagnement social.

Au regard de ses missions, l'UNAFAM de la Sarthe a été invitée à participer à ces travaux de mise en place parmi la vingtaine de professionnels de terrain également conviés.

La maison de santé de proximité, avenue de Paderborn , Le Mans

Cette maison de santé est animée par des médecins retraités. Ils reçoivent des personnes qui n'ont pas de médecin de référence, parmi lesquels ils consultent sans problème des personnes en souffrance psychique. Les coordonnées :

SMP service médical de proximité.

27A avenue de Paderborn.

72100 Le Mans.

Tel : 02 59 29 01 30

Commission UNAFAM « Après-soi »

Autour de notre délégué et de bénévoles, des adhérents de l'UNAFAM de la Sarthe ont rencontré une notaire afin de préparer une intervention sur ce thème lors de notre réunion mensuelle qui aura lieu exceptionnellement le **mercredi 9 octobre**.

Des nouvelles des GEM

L'**Assemblée Générale** du **GEM Tégira** s'est déroulée le **mercredi 5 juin**.

8 Gèmeurs accompagnés de Nicolas leur animateur ont assisté à Paris à **ROLAND GARROS** le mardi 4 juin.

Vendredi 7 juin, c'était pique-nique au **pesage des 24h du Mans**.

Lundi 10 juin, a eu lieu à Allonnes un **concours de pétanque Inter Gem** organisé par le GEM Loisirs.

Le mardi 25 juin, des gèmeurs se sont rendus en train pour une **journée au Croisic**.

INFOS Diverses

Le réseau ESATCO, acteur de l'économie sociale et solidaire, regroupant plusieurs établissements ESAT qui emploient des personnes en situation de handicap, ouvre tous les jours une boutique à l'ESAT Bois Joli à Allonnes afin de proposer leurs produits à la vent.

Une boutique ouvrira en centre-ville du Mans en septembre.

Prochaine réunion mensuelle des familles le mercredi 4 septembre

Echange entre participants pour préparer les questions à poser au notaire le mercredi 9 octobre

Pôle associatif Guy MOQUET – 2, avenue GRECO au MANS

Pour tout renseignement n'hésitez pas à nous contacter :

UNAFAM de la Sarthe



- 52, rue Chanzy 72000 LE Mans
- Tél : 02 43 40 44 53
- Site : unafam.org/Sarthe
- Mail : 72@unafam.org
- Facebook : [Unafam Sarthe](#)
- LinkedIn : [Unafam Sarthe](#)

Service National Ecoute Famille : 01 42 63 03 03