

## Les Propositions de Groupes à l'Unafam Hauts-de-Seine

### Soutenir les familles dans la durée : Formations

Dispositifs	Journée d'information troubles psychiques	Journée d'information Mieux accompagner un proche souffrant de schizophrénie	Formation Mieux communiquer avec un proche souffrant de troubles bipolaires	Atelier Entraide Prospect
<b>Intérêt</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Acquérir des repères concernant : les différentes maladies psychiques (schizophrénies, troubles bipolaires, dépression sévère,...), le handicap psychique et ses manifestations (troubles cognitifs), l'offre de soins et d'accompagnement dans le département,</li> <li>- Echanger avec d'autres familles concernées,</li> <li>- Connaître le rôle et les actions de l'Unafam pour aider les familles</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apprendre à interagir plus efficacement avec votre proche,</li> <li>- Obtenir des repères et outils pour mieux faire face ensemble</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apprendre à mieux repérer les symptômes pour ajuster votre comportement (phases maniaques et dépressives).</li> <li>- Connaître les perturbations cognitives et émotionnelles entraînant des difficultés de communication.</li> <li>- Apprendre à mettre en place une communication plus adaptée afin de faire face un peu plus sereinement aux conséquences de la maladie, d'améliorer la relation et de se préserver.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prendre du recul par rapport à l'impact de la maladie de leur proche sur sa propre vie,</li> <li>- Prendre conscience des connaissances et des savoir-faire acquis par expérience sur les troubles psychiques,</li> <li>- Identifier des stratégies adaptées et efficaces pour faire face dans la durée,</li> <li>- Développer un réseau qui de soutien en cas de besoin,</li> <li>- Développer confiance et estime de soi</li> </ul>
<b>Pour qui</b>	Tout public adulte	Tout public adulte	Tout public adulte	Tout public adulte
<b>Animateurs</b>	Binôme Bénévole et professionnel	Binôme Bénévole et professionnel	Binôme Bénévole et professionnel	Binôme Bénévoles
<b>Durée</b>	1 journée	1 journée	en 2 temps, e-learning et présentiel	3 jours (consécutifs ou non)
<b>Coût</b>	GRATUIT	GRATUIT	GRATUIT	GRATUIT
<b>Où</b>	Bois-Colombes	Bois-Colombes	Bois-Colombes	Bois-Colombes
<b>Contact</b>	<a href="mailto:92@unafam.org">92@unafam.org</a> <a href="http://www.unafam.org">www.unafam.org</a>	<a href="mailto:92@unafam.org">92@unafam.org</a> <a href="http://www.unafam.org">www.unafam.org</a>	<a href="mailto:92@unafam.org">92@unafam.org</a> <a href="http://www.unafam.org">www.unafam.org</a>	<a href="mailto:92@unafam.org">92@unafam.org</a> <a href="http://www.unafam.org">www.unafam.org</a>

N'hésitez pas à contacter les délégations départementales par mail = [département@unafam.org](mailto:département@unafam.org), ou visitez nos pages internet [www.unafam.org](http://www.unafam.org).  
Toutes les délégations Unafam proposent des activités et ou dispositifs similaires.

