

## Les Propositions Unafam Hauts-de-Seine

### Soutenir les familles dans la durée : Réunions et Groupes

**"Pour faire face, nous les familles devons accepter qu'avec une maladie aussi complexe, nos réactions naturelles instinctives se révèlent souvent un guide peu fiable pour affronter cette maladie et s'occuper de la personne malade. Nous avons besoin de soutien et de formation." Ken Alexander\***

L'Unafam s'efforce de soutenir les familles dans leur rôle d'aidant ; elle souhaite aussi les aider à tenir compte des limites qui sont les leurs, à prendre conscience de ce qu'elles vivent et à passer d'une réaction émotive, instinctive à une réaction plus maîtrisée.

Le long parcours entre le moment de la découverte de la maladie psychique et l'apaisement nécessaire pour accompagner son proche *à côté de lui*, est un parcours jalonné de difficultés. Pour aider les familles à avancer, l'Unafam a compris la nécessité d'offrir un éventail de propositions diversifiées, qui puisse tenir compte du moment où se trouve chaque famille par rapport à la maladie, à leur proche malade, ainsi qu'aux ressources dont elles disposent pour y faire face.

Nous savons combien la maladie peut isoler. Les propositions de l'Unafam ont alors cette double fonction : permettre l'accès aux informations, à l'expression, à la réflexion, tout en soutenant le partage et la reconnaissance d'une difficulté commune, favorisant la sortie de cet isolement, du sentiment de solitude face à cette étrangeté. Le groupe devient une force, un appui salutaire pour le cheminement des familles dans la durée.

\*Ken Alexander est un chercheur australien, père d'une fille souffrant de troubles schizophréniques. En partant de sa propre expérience, il a modélisé une approche pour aider les familles à faire face.

Dispositifs	Réunions d'antenne 3 antennes : Nord, Centre et Sud	Réunions conviviales L'Escapade Suresnes	Réunions Espace Frères et Sœurs - Ile de France	Réunions Grands-Parents Ile de France	Groupes de parole x 4	Groupe Conjoints (en projet 2025)
<b>Intérêt</b>	- Rencontrer et échanger avec d'autres familles, soit autour d'un thème présenté par un professionnel invité (conférence), soit autour d'informations ou de situations vécues	- Échanges chaleureux et informels pour se reposer, se détendre, - Partager un bon moment, sortir de l'isolement.	- Rencontrer d'autres frères et sœurs vivant des difficultés similaires, liberté de parole, - Reconnaissance d'une expérience commune "partageable" et soutien pour avancer dans ses choix de vie personnels.	- Entraide et partage par un échange avec des professionnels sur des thèmes évoquant différentes problématiques auxquelles les grands-parents ont à faire face.	- Groupes constitués de 10 à 12 participants, - Liberté de parole et partage d'expériences, - Un accompagnement dans la durée.	Mise en commun de repères, d'informations et de réflexions autour d'un <b>thème central d'intérêt collectif</b> , liberté de parole, reconnaissance d'une expérience commune "partageable" (sentir qu'on n'est pas seul face à cette réalité), soutien du groupe.
<b>Pour qui</b>	Tout public adulte	Tout public adulte	Tout public adulte	Tout public adulte	Adhérents	Tout public adulte
<b>Animateurs</b>	Bénévoles Unafam	Bénévoles Unafam	Binôme professionnel / Bénévole	Binôme professionnel / Bénévole	Binôme professionnel / Bénévole	Binôme Bénévoles Unafam
<b>Durée</b>	2h30 - 1 fois par mois	2h30 - 1 lundi par mois	2h -1 fois par mois	2h - 1 fois tous les 2 mois	2h - 1 fois par mois	A déterminer
<b>Coût</b>	GRATUIT	GRATUIT	GRATUIT	5 € par séance	10 € par séance, 15 € pour les couples	GRATUIT
<b>Où</b>	Asnières-sur-Seine, St Cloud, Fontenay-aux-Roses	Suresnes	A distance	Paris et à distance	1 à Bois-Colombes, 2 St Cloud, 1 Fontenay-aux-Roses	<b>En cours de constitution</b>

<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:fratrie.unafam92@gmail.com">fratrie.unafam92@gmail.com</a> <a href="http://www.unafam.org">www.unafam.org</a>	<a href="mailto:grands-parents.idf@unafam.org">grands-parents.idf@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>
----------------	--	--	--	--	--	--