



## **ATELIER D'ENTRAIDE**

**Faire face dans la durée à la maladie psychique d'un proche**

### **Objectifs:**

- ⌘ Prendre du recul par rapport à l'incidence de la maladie sur notre vie
- ⌘ Prendre conscience des savoirs et des savoir-faire que l'expérience de la maladie nous a fait acquérir.
- ⌘ Identifier des stratégies pour faire face dans la durée.
- ⌘ Développer un réseau qui nous soutienne dans l'avenir.
- ⌘ Développer confiance et estime de soi.

### **Contenu :**

L'atelier d'entraide Prospect contient 10 modules. La structuration de l'atelier autour de thématiques successives nous permet de progresser en prenant conscience des savoirs que la maladie nous a appris pour pouvoir développer des perspectives d'avenir.

### **Public concerné :**

Toute personne qui se sent concernée et touchée par les troubles psychiques, l'étrangeté et l'imprévisibilité des comportements d'un proche (parent, enfant, conjoint, frère, sœur...) et qui en éprouve le besoin.

Les personnes inscrites s'engagent à participer activement à l'ensemble des modules.

### **Animateurs, Animatrices :**

Ce sont des proches de personnes malades, bénévoles actifs de l'Unafam, qui sont rattaché-es à l'équipe nationale Prospect, en lien avec l'EUFAMI au niveau européen. Ils/elles sont engagé-es dans une formation continue au niveau du siège national.

**Nombre de participant-es :** 12 personnes

L'atelier ne se déroulera que si le minimum d'inscriptions est atteint.

***Prochain Atelier au Mans - 20h  
Samedi 30 novembre, samedi 7 et dimanche 8 décembre 2024***