

Flash n°10 Novembre 2024

Bonjour à toutes et à tous,

La Santé mentale a été décrétée grande cause nationale pour 2025. Sans attendre ce qui pourrait découler de cette ambition, nos accueillants animateurs de la Sarthe participent activement depuis plus d'un an au programme de psychoéducation BREF qui permet d'accueillir les proches des patients nouvellement hospitalisés pour diffuser les bonnes pratiques et renforcer le lien entre l'hôpital et les associations de familles. Ce programme gratuit se déroule sur 3 séances. Suite à une demande du ministère de la Santé vers les Agences Régionales de Santé, des projets en santé mentale ont été proposés dans les régions dont certaines se verront doter de moyens supplémentaires pour développer plus fortement ce programme.

SOUTIEN des FAMILLES

Activités ACCUEIL

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

- Au 8 rue du Pont au Mans de préférence le lundi après-midi.
- A La Ferté Bernard, le jeudi 19 décembre.
- A Sablé, le vendredi 13 décembre à 13h30 ou 16h30.
- A Montval sur Loir le 2^{ème} vendredi de chaque mois.

Accueil sur rendez-vous au 02 43 40 44 53.

De 9 heures à 12 heures et de 14 heures à 17 heures,
au rez-de-chaussée de la maison de santé pluridisciplinaire
1, rue Henri-Dunant à Montval-sur-Loir.

- A la Flèche, suite à nos démarches, nous pouvons maintenant vous accueillir sur rendez-vous dans un local mis à notre disposition.

Ces accueils auront lieu le jeudi et le 1^{er} lundi du mois l'après-midi.

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

En présence d'un psychologue et d'un bénévole, ces groupes dits « fermés » peuvent intégrer des personnes au fur et à mesure que des places 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 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 8 rue du Pont Le Mans, de 18h à 20h.

- **Groupe de parole de parents de jeunes et adolescents**

Un mercredi par mois au 8 rue du Pont Le Mans, de 18h à 20h.

Un nouveau groupe de parole pour parents d'ados et jeunes vient de se mettre en place.

Si vous êtes intéressés, n'hésitez pas à appeler le 02 43 40 44 53.

- **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 14 décembre 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'aidants.

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

De 14h30 à 16h, dans les locaux de l'ADGESTI, 24 rue Albert Einstein à la Chapelle St Aubin avec une psychologue le 6 décembre.

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

- **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

- **Mieux accompagner un proche souffrant de troubles anxieux**

Date : Samedi 18 janvier 2025

DESTIGMATISATION

Journée institutionnelle ARPS de Sablé le 31 octobre

Lors de cette journée institutionnelle à l'ARPS (Activer les Ressources Professionnelles et Sociales) nos bénévoles ont présenté l'UNAFAM devant les 70 professionnels de cette structure. Ils y ont exprimé l'importance de la place des familles auprès de leurs proches.

Intervention au lycée professionnel de Mamers le Jeudi 7 novembre

A partir du clip « **le Cosmos mental** », deux bénévoles ont pu échanger avec plusieurs groupes d'élèves (CAP Menuiserie et Bac Pro Commerce) au sujet de l'importance d'une bonne santé mentale.

Semaine du 18 au 22 novembre : Semaine européenne de l'emploi et du handicap

Le mardi 19 novembre avec Cap Emploi

Le **Cap emploi 72** a pour mission d'accompagner vers et dans l'emploi les personnes handicapées et leurs employeurs.

A l'occasion de la semaine européenne de l'emploi et du handicap., nous étions présents avec ses conseillers au Centre de Formation d'Apprentis du lycée Sainte Catherine, afin de renseigner les élèves sur les mises en œuvre possibles en cas de situation de handicap.

Le mercredi 20 novembre à Leroy Merlin dans le cadre du Duoday Toujours dans le cadre de la semaine du handicap, **Duoday**, qui se déroule du 18 au 22 novembre, est une opération qui permet aux personnes en situation de handicap de découvrir un métier et une entreprise en stage non rémunéré.

Cet évènement national favorise la rencontre entre les employeurs et les personnes en situation de handicap, permettant une immersion professionnelle unique. Cet événement est une occasion pour découvrir les compétences et le potentiel des travailleurs en situation de handicap, tout en brisant les préjugés. En participant aux DuoDay, les entreprises et les organisations montrent leur engagement en faveur de l'inclusion et de la diversité, créant ainsi un environnement de travail plus ouvert et inclusif.

Nous étions présents avec le **Gem Téchira** le mercredi 20 novembre toute la journée à l'entrée du magasin Leroy Merlin.

C'était l'occasion d'échanger avec le public et de leur faire connaître notre association.



Duoday à Leroy Merlin

23ème journée des soins au Centre Hospitalier du Mans : jeudi 28 novembre

Nous étions présents dans les locaux de l'**Institut de Formation en Soins Infirmiers** pour tenir un stand destiné aux professionnels de santé.

Forum sur le Handicap dans le hall Plantagenêt du Centre Hospitalier le 3 décembre

A l'occasion de la **journée mondiale du handicap**, les services Handipatient et promotion de la santé organisent une demi-journée d'information et de sensibilisation sur le handicap le mardi 3 décembre de 13h à 17h.

DEFENSE des INTERETS COMMUNS

Le bénévolat avec la ville du Mans

Le 25 octobre, l'UNAFAM était représentée avec 25 à 30 autres associations pour faire le point sur leurs actions de bénévolat.

Intervention au sujet de la cohérence cardiaque le 6 novembre

Nous étions nombreux à assister à la présentation de la méthode de cohérence cardiaque lors de notre réunion mensuelle des familles de début novembre.

Congrès national du 10 au 14 février 2025 et journée des solidarités le 26 avril 2025

Aux Quinconces des Jacobins au Mans, pour la 3ème année, se tiendra ce congrès qui sera l'occasion pour notre délégation UNAFAM de la Sarthe d'ouvrir ses portes au public afin qu'il découvre nos missions auprès des familles.

Pour la préparation de ce congrès, toutes les associations solidaires, social, handicap, sport, culture, jeunesse, séniors, les services de la collectivité, les institutions (ex : CCAS), les clubs séniors de Le Mans Métropole sont invités.

Le 14 février sera le jour des tables rondes auxquelles nous serons invités à participer :

- 1ère table ronde :
Quelle est votre perception active de la Solidarité ?
- 2ème table ronde :
Quelle est votre conception de l'action sociale ?
- 3ème table ronde :
Construction des politiques publiques sociales.
- 4ème table ronde :
La mise en pratique des politiques publiques sociales.

Séjours Répit 2025 à la villa des Arts (72)

La villa des Arts à Savigné l'Evêque propose des séjours Répit aux aidants.

Ces séjours offrent un véritable moment de répit pour les aidants, leur permettant de se ressourcer physiquement et mentalement, ce qui est crucial pour éviter leur épuisement.

Grâce au soutien de la **conférence des financeurs**, l'**ANCV** (Agence Nationale pour les Chèques Vacances) et des aides individuelles attribuées par l'**AGIRC ARRCO**, l'aidant a un reste à charge à 0€.

Prochaine réunion mensuelle des familles le mercredi 4 décembre

Avec l'intervention de l'UDAF pour nous parler de ses services et des mesures de protection. Suivra un temps convivial auquel vous êtes tous invités.

Pôle associatif Guy MOQUET – 2, avenue GRECO au MANS