

## Flash n° 11 Décembre 2024

Véronique, notre nouvelle chargée de mission UNAFAM Pays de Loire était parmi nous, lors de notre dernière réunion de bureau de l'année 2024. Elle a pu prendre acte du dynamisme de notre délégation.

En plus de notre mission d'accueil aux familles qui est première, des bénévoles vous représentent dans différentes commissions et structures. Les représentants aux Commissions Des Usagers en particulier sont importants pour essayer d'apporter notre contribution pour une meilleure prise en charge de nos proches.

En cette fin d'année, nous souhaitons le meilleur pour vous et pour ceux qui vous sont chers. Prenez bien soin de vous et profitez des bons moments en famille ou avec vos amis.

Nous vous offrons également tous nos vœux pour la nouvelle année.

### 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 20 février.
- A Montval sur Loir le 2ème 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 1er 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 La Flèche**  
A la suite d'un accueil, vous pourrez si vous le désirez, intégrer ce groupe à la Flèche.
- **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.
- **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 1er février 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 17 janvier ; le 28 février ; le 18 mars.

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**

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

Date : Samedi 18 janvier 2025

Cette journée permet de mieux connaître les troubles anxieux et les comportements à privilégier en tant qu'aidant, pour soutenir votre proche tout en vous préservant.

## **URGENT : COMMUNIQUE de Promotion Santé Pays de la Loire Alerte sur les coupes budgétaires de la région Pays de la Loire**

« **Promotion Santé Pays de la Loire** » est un réseau d'acteurs qui accompagne les projets de promotion de la santé dans les départements de la région.

Nous avons appris avec stupeur fin novembre qu'un certain nombre d'associations agissant pour la promotion de la santé se voyaient supprimer la totalité des subventions que la Région leur octroie avec arrêt dès le 31 décembre 2024.

Ces coupes budgétaires menacent la santé des jeunes et la survie de nos associations, alors même que leurs missions s'inscrivent pleinement dans le projet régional de santé et que leur efficacité a été officiellement reconnue, la Présidente de la Région réaffirmant récemment ces actions comme étant une des grandes priorités de son mandat.

Nous œuvrons en effet au quotidien et sur le long terme pour la prévention en santé et pour l'éducation à la santé des ligériennes et des ligériens.

## **DESTIGMATISATION**

### **Matinales de la santé organisée par la Mutualité Française le 29 novembre**

« *La Santé au travail des jeunes actifs* », tel était le thème de la matinale organisée par la Mutualité Française le 29 novembre dernier. Notre délégation était invitée à participer. Le débat était animé par Yann Massart, infirmier en psychiatrie et représentant l'association DitesJeSuisLà. Cette matinale invitait à échanger avec les acteurs du monde de la santé et à découvrir les dispositifs favorisant la promotion de la santé physique et mentale des jeunes au travail.

### **Forum sur le handicap dans le hall Plantagenêt du Centre Hospitalier du Mans le 3 décembre**

A l'occasion de la journée mondiale du handicap, les services Handi-patient et promotion de la santé ont organisé une demi-journée d'information et de sensibilisation sur le handicap le mardi 3 décembre. Nos bénévoles UNAFAM y étaient présents avec un stand d'information sur le handicap psychique.

Rappelons que le dispositif handi-patient permet d'orienter les patients en situation de handicap et de les accompagner pour faciliter leur accès aux soins.

### **Intervention à l'Institut de Formation en Soins Infirmiers le 17 décembre**

Pascal Boucherie et Catherine Martin ont rencontré les élèves de l'IFSI à l'EPSM d'Allonnes dans le cadre de leur cursus d'études le mardi 17 décembre.

### **Permanence à l'espace des Usagers du CHM**

Au 1er étage du bâtiment Plantagenêt, le 1er mardi de chaque mois de 14h à 16h30, des bénévoles de l'UNAFAM sont présents pour accueillir les visiteurs.

## 10 au 14 février 2025 : 3ième Congrès des Solidarités salle des concerts

Nos bénévoles participent activement aux réunions de préparation de ces rencontres autour des solidarités. Le mardi 11 février, nous accueillerons le public dans nos locaux au 8 rue du pont au Mans, pour une porte ouverte, en partenariat avec les adhérents du Gem loisirs dont le local est tout proche.

Le jeudi 13 février, quatre tables rondes auront lieu à la salle des Concerts, rue du port au Mans.

## DEFENSE des INTERETS COMMUNS

### Réunion nationale des référents Parcours Pénal le 21 novembre

Paul, notre référent Parcours Pénal, a participé à une rencontre à Paris.

Dans les délégations UNAFAM, les « **référents parcours pénal** » sont là pour aider un proche malade confronté à la justice. Ils sont les interlocuteurs dans les départements afin d'essayer de répondre aux questions concernant un proche malade qui est aux prises avec une procédure. C'est un accompagnement qui vise à favoriser la prise en charge médico-sociale du proche en difficulté en évitant autant que possible une condamnation à une peine de prison.

Un guide a été édité par l'UNAFAM : "**Comment aider un proche malade psychique confronté à la justice pénale ?**"

### Intervention des services de l'UDAF le mercredi 4 décembre

Lors de notre réunion mensuelle de décembre, des personnels de l'Union Départementale des Associations Familiales de la Sarthe sont venues présenter les services déployés pour le public. Elles nous ont plus particulièrement exposé les différentes mesures de protection juridiques qui peuvent s'appliquer à nos proches en souffrance psychique. Cinquante adhérents environ étaient présents lors de cette soirée qui s'est conclue avec le partage du verre de l'amitié préparé par le personnel de l'ESAT « Les prairies ».



Intervention des services de l'UDAF

### Contrats locaux de Santé Mentale

Nous participons activement aux projets de différents Conseils Locaux en Santé Mentale à travers le département.

- A Loué-Brûlon-Noyen : le CLS signé le 14 novembre s'est engagé pour une sensibilisation à la santé mentale dans les collèges.
- Dans le Sud Sarthe : une réunion s'est tenue à Mayet le 4 décembre.
- Dans le Pays Fléchois : nous avons pu mettre en place un lieu d'accueil et de groupes de parole pour les familles confrontées à la maladie psychique. Une réunion « Santé Mentale et Addictions » a eu lieu le 9 décembre.
- Dans la Champagne Colinoise : le CLS s'est mis en place en septembre. Pascal Boucherie a pu rencontrer la coordinatrice le 12 décembre.

## Rencontre avec la députée Julie Delpech

Après s'être entretenue avec d'autres députés de la Sarthe, c'est Julie Delpech que notre délégation a reçu, afin de lui exposer les réalités vécues par nos familles et les missions que portent les bénévoles de l'UNAFAM pour les soutenir.



Rencontre avec la députée, Julie Delpech

## Participez à une étude sur les besoins des aidants

L'AGIRC-ARRCO réalise une étude sur les besoins des aidants. Toute personne qui aide régulièrement l'un de ses proches du fait de son âge, d'une maladie ou d'un handicap peut participer à cette enquête en ligne.

Voici le lien pour avoir des informations sur cette enquête et le questionnaire en ligne : <https://www.agirc-arrco.fr/nous-connaître/nos-actualités/aidants-votre-avis-nous-intéresse>

## Des nouvelles du Gem Tégira

En cette fin d'année, les chocolats ont été distribués. Les Gèmeurs remercient tout particulièrement cette année encore, les adhérents UNAFAM, leur premier client. Cette opération « **Chocolats de Noël** » a permis de récupérer 500€ pour financer leurs activités futures.

## Fin des Séjours Répît de la fondation Falret

Depuis 2014, la fondation Falret organisait des séjours Répît auxquels plusieurs de nos adhérents ont pu participer. L'UNAFAM était complètement investie dans l'animation de ces temps de répît. Pour des raisons budgétaires et malgré les bienfaits reconnus de ces séjours, aussi bien pour les aidants que pour leurs proches malades, il n'est plus possible pour la fondation Falret de proposer ce soutien aux familles.

### Prochaine réunion mensuelle des familles le mercredi 8 Janvier 2025

Pôle associatif Guy MOQUET – 2, avenue GRECO au MANS  
Rencontre conviviale et Partage de la galette.

Pour tout renseignement n'hésitez pas à nous contacter :

#### UNAFAM de la Sarthe



- 8, rue du Pont 72100 LE Mans
- Tél : 02 43 40 44 53
- Site : [unafam.org/Sarthe](http://unafam.org/Sarthe)
- Mail : [72@unafam.org](mailto:72@unafam.org)
- Facebook : [Unafam Sarthe](https://www.facebook.com/UnafamSarthe)
- LinkedIn : [Unafam Sarthe](https://www.linkedin.com/company/UnafamSarthe)

Service National Ecoute Famille : 01 42 63 03 03