



**UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES
MALADES ET/OU HANDICAPÉES PSYCHIQUES**

CÔTES D'ARMOR

Assemblée annuelle

02 AVRIL 2022

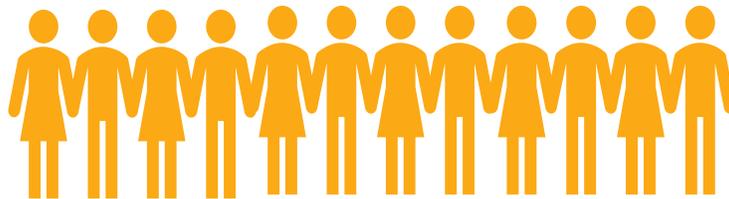
Qui sommes nous ?

L'UNAFAM

Union Nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques

Association créée en
1963

reconnue d'utilité publique depuis
1968



Environ 15 000 adhérents

L'UNAFAM

concentre son action au profit de l'entourage des personnes vivant avec des troubles psychiques sévères :

- schizophrénie
- troubles bipolaires
- dépressions sévères
- psychoses graves
- troubles obsessionnels compulsifs

reçoit également les parents d'enfants et d'adolescents ayant des :

- troubles psychologiques
- troubles psychiques
- troubles du comportement

Mission prioritaire de l'UNAFAM

Apporter un soutien aux familles par :

- **L'accueil**
- **L'écoute**
- **L'information**

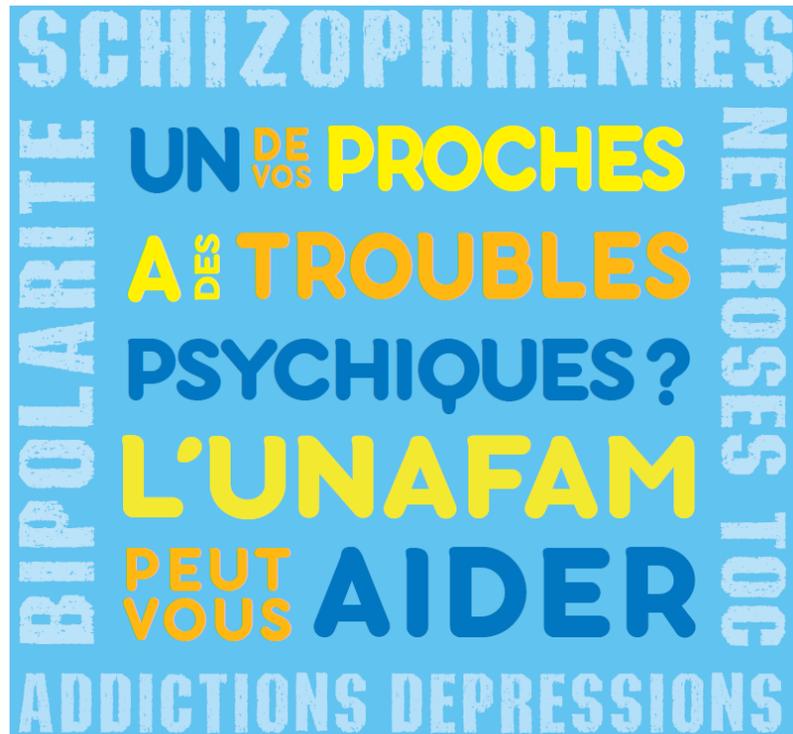
Favoriser l'intégration des usagers dans la vie quotidienne

- Éviter les ruptures de soins
- Veiller à ce que les usagers bénéficient des ressources
- Œuvrer pour trouver des solutions de logement
- Soutenir la création de structures d'accompagnement
- Veiller à un accompagnement adapté
- Aider les aidants familiaux et sociaux
- Promouvoir des structures facilitant une activité occupationnelle ou professionnelle

S'engager en faveur de l'intérêt général

- **Lutte contre la discrimination des personnes malades et/ou en situation de handicap psychique, cherche à faire changer le regard sur les personnes en souffrance psychique et leurs familles**
- **Représente des usagers dans les instances sanitaires, médico-sociales et sociales**
- **Participe aux instances consultatives chargées de définir la politique de santé mentale (Conseils locaux de Santé Mentale CLSM; Projets Territoriaux en Santé Mentale PTSM)**
- **Promeut et soutient la création de structures d'accompagnement (par ex Résidence d'Accueil, Service d'Accompagnement à la Vie Sociale SAVS, SAMSAH....)**

L'UNAFAM présente sur toute la France



- 13 délégations régionales
- 99 délégations départementales
- 300 sites d'accueil de proximité
- Plus de 2000 bénévoles



UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES
MALADES ET/OU HANDICAPÉES PSYCHIQUES

BRETAGNE

Présentation de l'état des lieux régional

Formations dédiées à l'entourage de personnes souffrant de troubles psychiques

Recensement des dispositifs existants et des projets

Analyse des attentes et besoins exprimés par l'entourage

Recensement des formations existantes et en projet :

- Élaboration d'un répertoire des formations recensées et en projet
- Cartographie des formations déployées pour mettre en exergue les disparités territoriales
- Cartographie des formations en projet

Analyse des attentes et besoins de l'entourage :

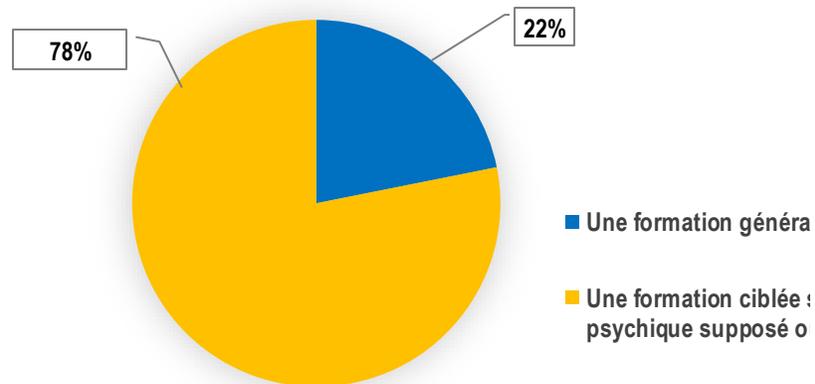
- Elaboration d'un questionnaire pour circonscrire les attentes et besoins de l'entourage
- Diffusion d'un sondage en ligne auprès des adhérents bretons de l'UNAFAM, questionnaire accessible sur les pages départementales du site internet de l'UNAFAM - 270 réponses issue de l'entourage de personnes vivant avec des troubles psychiques
- Analyse des données et sélection des indicateurs pertinents
- Rédaction d'un argumentaire pour mettre en avant les priorités en matière de formations et formulation de propositions

Présentation des résultats au Groupe de Travail régional sur la Santé Mentale piloté par l'ARS Bretagne et diffusion du document aux partenaires

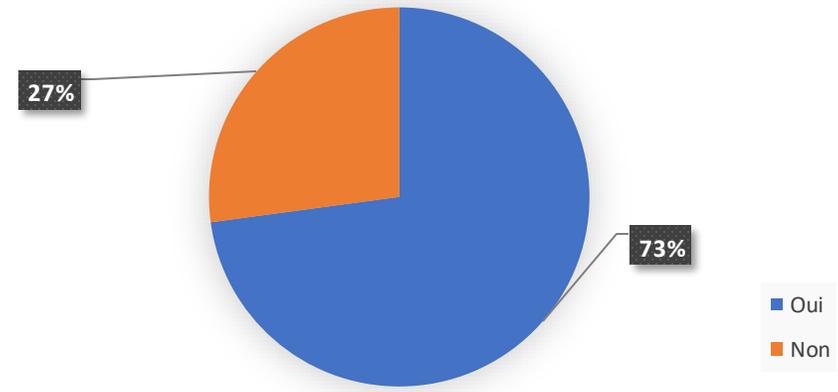
Les attentes en matière de formation

◆ Bénéficier de repères sur les comportements à adopter pour prévenir la crise et la désamorcer	57,04%
◆ Mieux connaître les prises en charge existantes (traitement médicamenteux et non médicamenteux)	56,67%
◆ Connaître les dispositifs d'accompagnement pour votre proche malade	52,96%
◆ Aborder la question du handicap psychique - comprendre l'impact des troubles psychiques sur les activités du quotidien	52,59%
◆ Connaître vos droits et ceux de vos proches	52,59%

Une forte attente concernant des formations ciblées sur un trouble psychique précis



Souhait de formations pour aborder des problématiques liées à la scolarisation, le logement, l'emploi, les addictions, le vieillissement...



Accès aux formations - Les principaux freins identifiés

Non recours aux formations – raisons évoquées (Choix multiples)	%
◆ Méconnaissance de l'existence de ces formations	55,34%
◆ Manque de temps – manque de disponibilité	26,21%
◆ Absence de proposition sur mon secteur, sur mon territoire	14,56%
◆ Engagement sur la durée difficile	13,59%
◆ Eloignement géographique	12,62%
◆ Absence de relai dans la prise en charge de la personne malade	11,65%

Seules 3 personnes sur 103 justifient le non recours aux formations par une absence de besoin

La méconnaissance des formations apparaît comme le principal frein, pour plus de la moitié des personnes interrogées. Le manque de temps et de disponibilité est la seconde raison évoquée, suivie de l'absence de proposition sur le secteur de référence.

Se repérer dans le parcours de formation

Parcours du proche malade et/ou en situation de handicap psychique



Temps d'information et formations pour l'entourage

Visée	Découvrir les troubles psychiques	Appréhender la maladie psychique identifiée et le handicap psychique	Comprendre la maladie, renforcer sa posture d'aidant et prendre du recul	Faire face dans la durée	Soutenir le rétablissement du proche	
Repères	A	B	C	D	E	F
Format	Temps d'information généralistes de courte durée Psycho-éducation précoce	Formations introductives de courte durée aux contenus ciblés	Formations intermédiaires Engagement sur plusieurs jours ou plusieurs séances	Formations longues Engagement sur plusieurs séances réparties sur plusieurs mois	Formations sur la réhabilitation psychosociale et modules complémentaires	
Objectifs	Aborder les troubles psychiques : - les symptômes, - les conséquences des troubles psychiques au quotidien pour la personne concernée, - La démarche diagnostique et les ressources existantes	- Appréhender les spécificités d'une maladie psychique identifiée - Acquérir des repères	- Comprendre les répercussions de la maladie - Partager son vécu, exprimer son ressenti - Améliorer la relation avec le proche malade	- Identifier des stratégies efficaces pour faire face dans la durée - Prendre du recul par rapport à l'incidence de la maladie sur sa vie - Prendre conscience des savoirs et des savoir-faire acquis par l'expérience - Identifier et apprendre à utiliser des stratégies pour faire face - S'apporter un soutien mutuel	- Approfondir ces connaissances - Connaître la maladie schizophrénique et ses traitements - Développer des capacités relationnelles - Apprendre à mieux gérer ses émotions - Savoir obtenir de l'aide - Développer un réseau de soutien	- Se familiariser aux principes et aux outils de la réhabilitation psychosociale - Connaître les dispositifs qui favorisent l'autonomie pour accompagner le proche à chaque étape de la vie
Exemples	<ul style="list-style-type: none"> Journée d'information sur les troubles psychiques UNAFAM BREF - UNAFAM + EPSM 	<ul style="list-style-type: none"> Skizo'kit - CREFAP Bipo'kit - CREFAP Mieux communiquer avec un proche ayant des troubles bipolaires - UNAFAM 	<ul style="list-style-type: none"> Partageons nos savoirs, APESAA, CHGR ARSIMED, Faire face aux troubles psychiques d'un proche - ESPOIR 35 	<ul style="list-style-type: none"> Prospect - UNAFAM Journée après-prospect - UNAFAM 	<ul style="list-style-type: none"> Profamille - CREFAP 	<ul style="list-style-type: none"> Formations développées par le C3RB Formations développées par les associations, établissements et structures sanitaires et médicosociales exerçant dans le champ de la santé mentale

E-Learning en complément

Légende :

Découvrir les troubles psychiques

Temps d'information courts et généralistes

- A1** Journée d'information sur les troubles psychiques – UNAFAM 🧑🧑🧑
- A2** Programme de psychoéducation – BREF – EPSM + UNAFAM 🧑🧑🧑

Appréhender la maladie psychique et le handicap psychique

Formations introductives courtes aux contenus ciblés sur une maladie psychique

- B1** Skizo kit – Schizophrénie - CREFAP
- B2** Bipo kit – Bipolarité - CREFAP
- B3** Formation mieux communiquer avec un proche ayant des troubles bipolaires – UNAFAM 🧑🧑🧑

Comprendre la maladie psychique, renforcer sa posture d'aidant et prendre du recul

Formations intermédiaires – engagement sur plusieurs jours ou plusieurs séances

- C1** Partageons nos savoirs – Schizophrénie et Bipolarité - CREFAP et CH de St Malo
- C2** APESAA - Troubles schizophréniques - CHGR
- C3** Faire face aux troubles psychiques d'un proche – ESPOIR 35
- C4** Atelier Prospect + Journée après-prospect - UNAFAM 🧑🧑🧑
- C5** ARSIMED – Troubles schizophréniques - Fondation Bon Sauveur - Begard
- C6** Aide aux aidants – Schizophrénie - Don Bosco

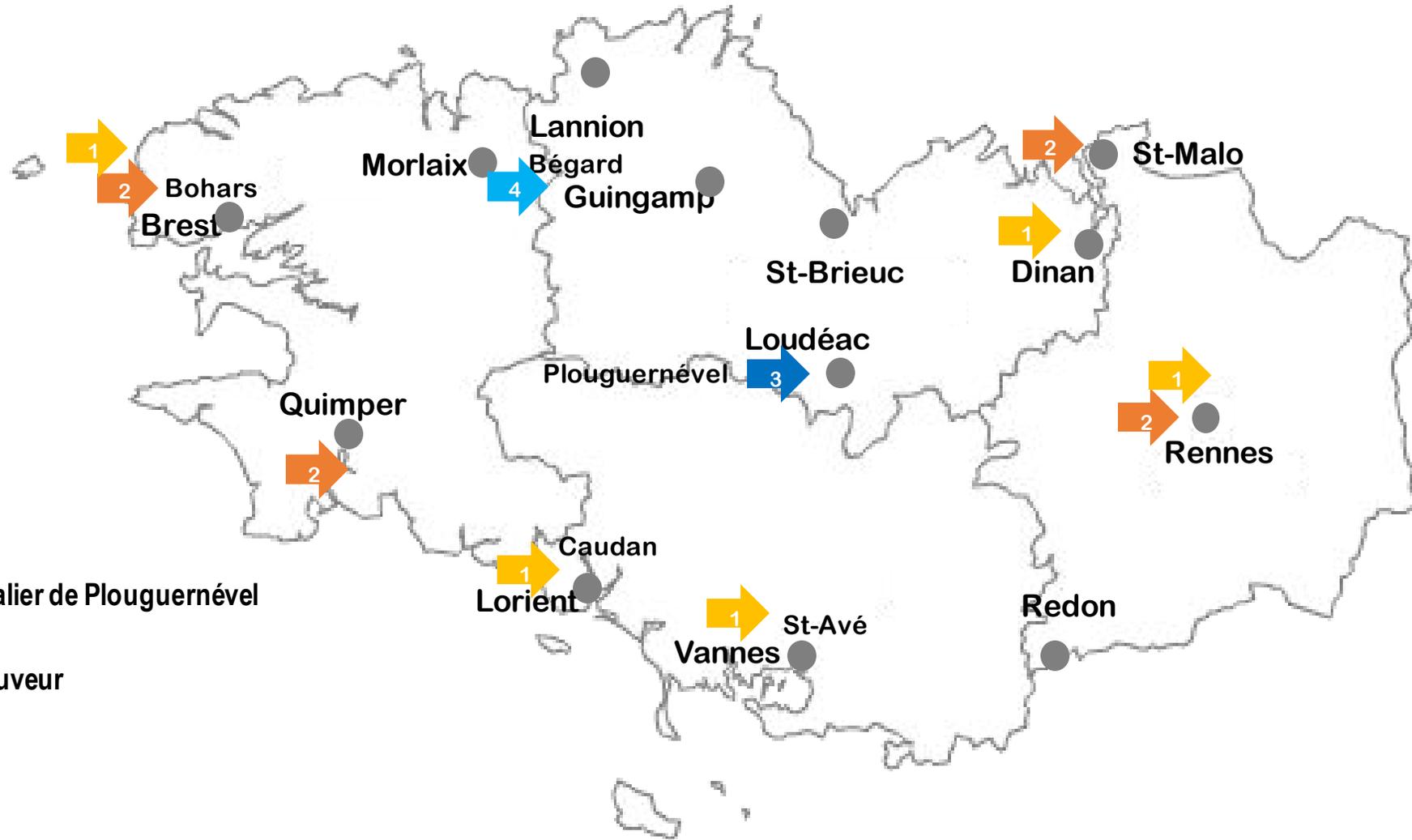
Faire face dans la durée

Formation longue – engagement sur plusieurs séances réparties sur plusieurs mois

- E** Profamille – Troubles schizophrénique - CREFAP



PROJETS DE FORMATION – TEMPS D'INFORMATION



1 Partageons nos savoirs

2 BREF

3 Projets du Centre Hospitalier de Plouguernével

4 Projets fondation Bon Sauveur

- Vidéo de présentation/promotion de notre offre de formation pour les proches aidants :
<https://youtu.be/Zp2QyLrwzvs>
- Deux nouveaux modules e-learning sur la plateforme FORMAIDANTS de l'UNAFAM
 - Adapter sa communication avec un proche souffrant de troubles bipolaires*
 - Module e-learning Dépression sévère, dépression résistante*

La délégation des Côtes d'Armor

Rapport d'activité 2021

Personnes concernées par la maladie et le handicap psychique

Estimations – Côtes d'Armor

À partir des données INSEE 2018

Population des
Côtes d'Armor
596 518 habitants

Pourcentage de
personnes touchées
par des troubles
psychiques
3%
soit une estimation
de
17 895
personnes

Personnes de
l'entourage
impactées par la
maladie ou le
handicap psychique
d'un de leur proche
4%
soit environ
23 860 personnes

2021

Une année riche mais difficile

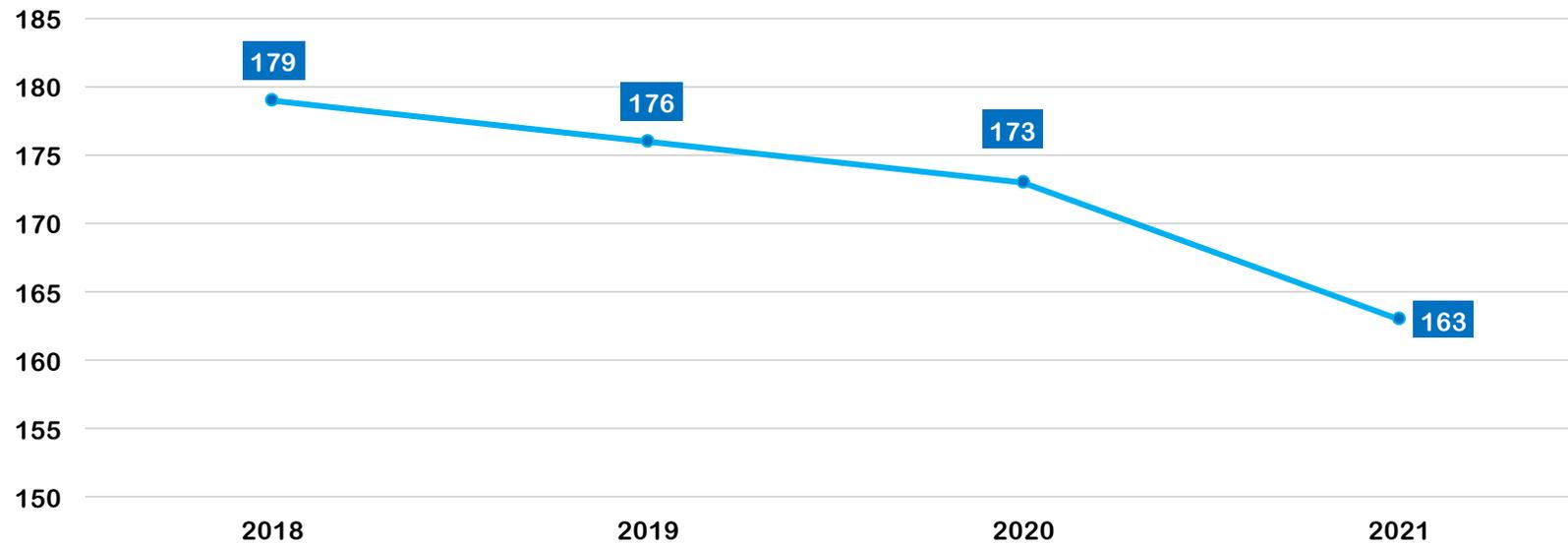
2021 : une année riche mais difficile

- **Adaptation du fonctionnement aux directives anti- covid : accès aux locaux, distanciation sociale**
- **Difficultés à se rencontrer entre bénévoles, difficultés à mettre les activités habituelles en place**
- **Difficultés de la vie qui ont perturbées un grand nombre de bénévoles**
- **Malgré cela nous avons poursuivi nos activités d'accueil, réussi à organiser la moitié des groupes de parole initialement prévus.**
- **Nous avons réussi à organiser les trois journées de formation prévues.**
- **Nous avons assuré nos représentations dans les instances où nous représentons les familles : MDPH, CDU des hôpitaux psychiatriques ...**
- **Nous avons continué à faire connaître notre association par une campagne d'affichage ciblée, des rencontres avec les trois hôpitaux psychiatriques ...**

Adhérents à la délégation des Côtes d'Armor

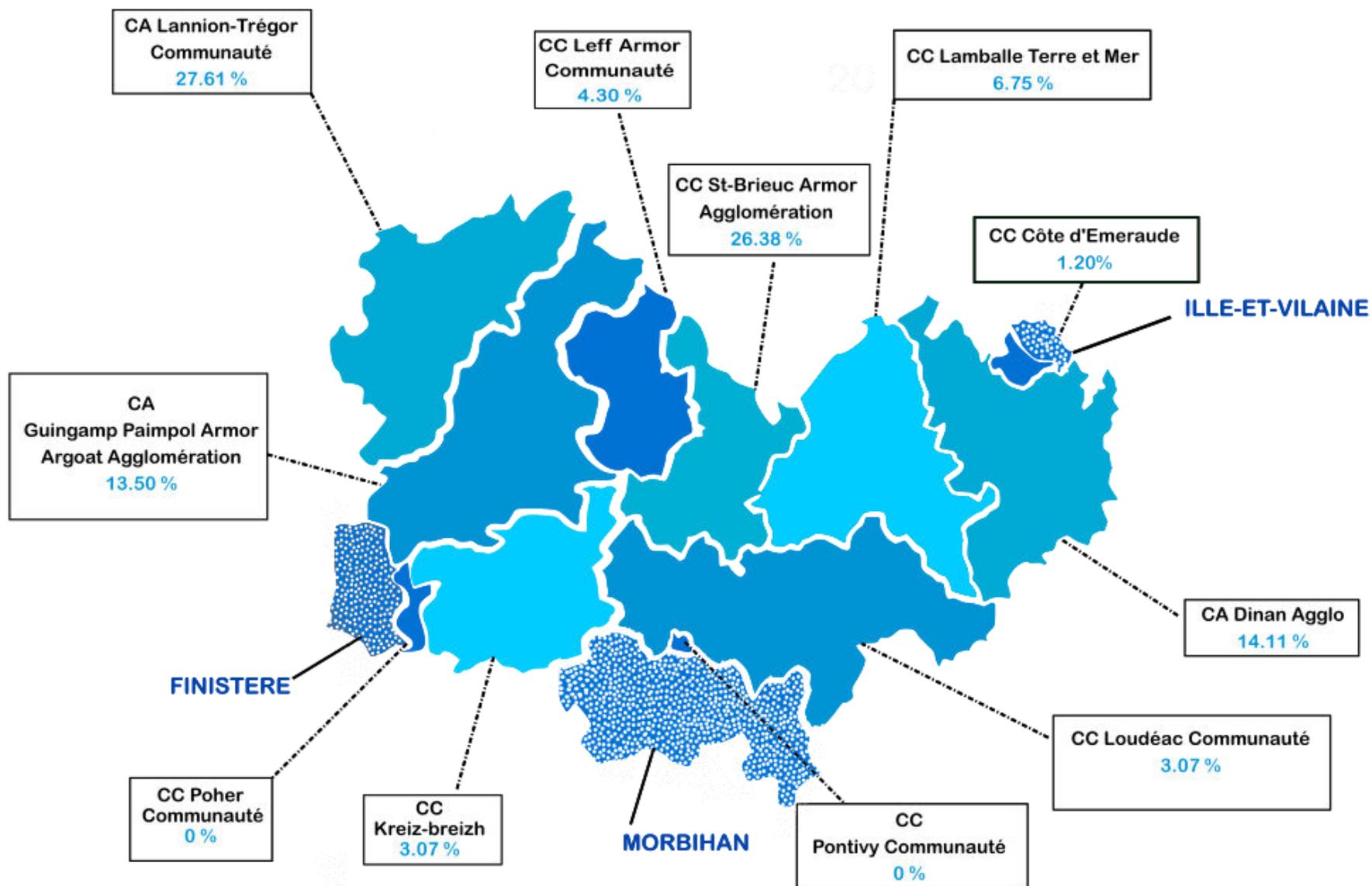
Nombre d'adhérents

au 31/12 de chaque année



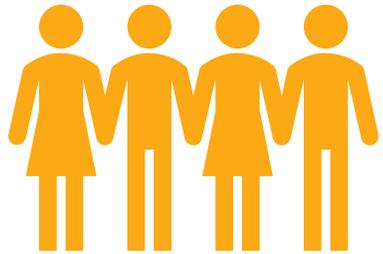
Répartition des adhésions par Communauté de communes et d'agglomération

au 31/12/21



Malgré la crise, en 2021

L'action de la délégation des Côtes d'Armor se traduit par :



**203 contacts
familles**



**heures
de bénévolat
2.19 ETP**



**L'investissement de
16 bénévoles**



**16 359 km
parcourus par les
bénévoles**

Les locaux de la délégation départementale des Côtes d'Armor



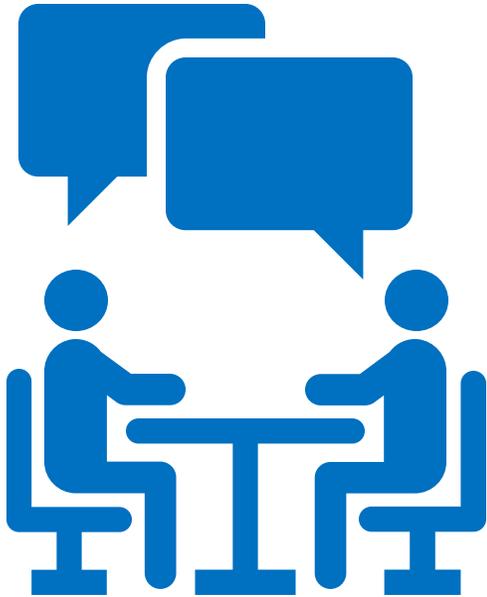
La délégation a fini par s'installer
au sein du Centre Social de la ville de Guingamp
dans un local partagé que nous ne pouvons utiliser que le jeudi.

Avec pour priorité le soutien à l'entourage

Nous rencontrer

2021 – Accueil - numéros d'appel de la délégation des Côtes d'Armor

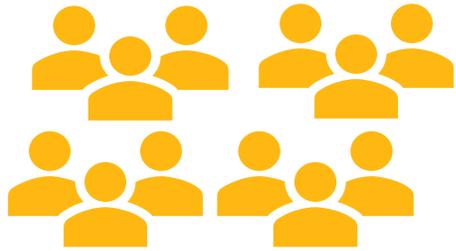




L'accueil est assuré par
des pairs bénévoles

ayant eux-mêmes dû faire face
aux troubles psychiques de leur
proche

Pour continuer à accompagner les familles



7 bénévoles
Impliqués dans la
mission accueil



**203 contacts avec les
familles en présentiel
et/ou au téléphone
et/ou par courriel**

En s'adaptant à la situation



Accueil individuel
Sur rendez-vous
Assuré par un binôme
de bénévoles



Accueil
téléphonique
renforcé



4 Groupes de parole
Animés par un(e) psychologue
et un bénévole

Guingamp
Lannion
Saint Brieuc

Orientation - Information



Les bénévoles aident
les familles à
s'orienter vers les
organismes
compétents

- **Orientation, reconnaissance de handicap, ressources, accompagnement :**
MDPH Maison Départementale des personnes handicapées,
MDD Maison Du Département ...
- **Services de soin :**
Hôpitaux et cliniques spécialisées,
Services ambulatoires : CMP centre Médico-Psychologique...
- **Informations sur les mesures de protection**
- **GEM**
Groupes d'Entraide Mutuelle
- **Service écoute-famille**
Siège UNAFAM

Orientation - Information

22@unafam.org

06 26 13 60 41

Site internet – Rubriques nationales
<https://www.unafam.org>

Site internet – Espace régional
<https://www.unafam.org/bretagne>

Site internet - Espace départemental
<https://www.unafam.org/cotes-darmor>

Représentations

Secteur sanitaire, social et médico-social

En 2021



10

Représentations et
groupes de travail
dans le secteur sanitaire



26

Représentations
Au total



16

Représentations et
groupes de travail
dans le secteur social
et médico-social

Agence Régionale de Santé

Commission territoriale de santé

**4 bénévoles
dont 2 du 22**

Projet territorial de Santé Mentale

2 bénévoles

ARS - Conseils Territoriaux de Santé

« Le CTS, conseil territorial de santé est une instance qui a vocation à participer à la déclinaison du projet régional de santé et en particulier à l'organisation des parcours de santé en lien avec les professionnels du territoire »
(Site de l'ARS)

Conseil Territorial de Santé Saint-Malo-Dinan

1 titulaire du 35

Conseil Territorial de Santé Cœur de Breizh

1 Titulaire du 56

Conseil Territorial de Santé Armor

2 Titulaires

CDCA – Conseil départemental de la citoyenneté et de l'autonomie

Le CDCA traite les sujets concernant les personnes âgées et les personnes handicapées.

Le rôle du CDCA est d'émettre des avis et des recommandations : prévention, accompagnement médico-social et accès aux soins, aides humaines ou techniques, transport, logement, habitat collectif, urbanisme, aide aux aidants, maintien à domicile, culture, loisirs, vie associative...

Il est composé de représentants des institutions, des personnes âgées et des personnes handicapées et des professionnels.

1 titulaire et 1 suppléant

MDPH - Maison Départementale Des Personnes Handicapées

Commission exécutive – COMEX

Elle définit la politique générale de l'institution et en assure la gestion

1 bénévole

La Commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées (CDAPH)

Elle prend toutes les décisions concernant les aides et les prestations au regard de l'évaluation menée par l'équipe pluridisciplinaire mise en place au sein des MDPH (besoins de compensation et élaboration du plan personnalisé de compensation du handicap. La MDPH envoie les notifications d'orientation, aux personnes concernées, AAH, SAVS, SAMSAH, RQTH...)

1 bénévole siège et est présidente d'une commission dédiée aux adultes malades psychiques

Commission Départementale des Soins Psychiatriques

La CDSP a été créée par la loi de juin de 1990 et renommée par la loi du 5 juillet 2011.

Elle est chargée de veiller au respect des libertés individuelles et de la dignité des personnes admises aux soins sans consentement.

Elle visite des hôpitaux. Elle consulte les registres relatifs aux délais d'hospitalisation ainsi que ceux concernant la durée des mises en isolement et contention.

Elle reçoit les plaintes des hospitalisés sous contrainte et rend un rapport à l'ARS.

1 Bénévole

Commission Des Usagers

La CDU a été instaurée par la loi de 2016. Elle a pour mission de veiller au respect des droits des usagers et de contribuer à l'amélioration de la qualité de l'accueil des malades et de leurs proches

Renouvellement des CDU - représentants des usagers mandatés depuis le 22/11/19

3 bénévoles sont représentants des usagers dans les CDU suivantes :

- Centre hospitalier spécialisé de Bégard : 1 titulaire Président de la CDU
- Centre hospitalier spécialisé de Plouguernevel : 1 titulaire Président de la CDU
- Centre hospitalier spécialisé de Dinan et Saint Briec : 1 suppléant

Des bénévoles membres de Conseils d'administration

- **4 CCAS**
Centre Communal d'Action Sociale
- **Fondation Bon sauveur de Bégard**
- **UDAF**
Union Départementale des Associations Familiales
- **Ohé Prométhée**
Insertion par le travail

Des bénévoles dans le domaine du logement

- **Comités de pilotage et d'admission de Résidences Accueil**
- **Comités de pilotage et d'admission de Pensions de Famille**

2 bénévoles

CLS et CLSM

Conseil Local de Santé Mentale de Saint Briec
Pas de bénévole en 2021

Conseils Locaux de Santé
1 bénévole

Fonctionnement associatif

Des bénévoles formés



**Afin d'assurer au mieux, leur(s)
fonction(s), ces bénévoles ont
suivi**

**une ou des formation(s)
spécifique(s)**

Formations suivies par les bénévoles

En 2021, 4 bénévoles ont suivi des formations.

Formations organisées par l'UNAFAM

- Formation initiale – 2 personnes (2 jours)
- Accueil des pairs aidants – 1 personne (3 jours)
- Formation à la responsabilité – 1 personne (2 jours)

Formation Santé Mentale France

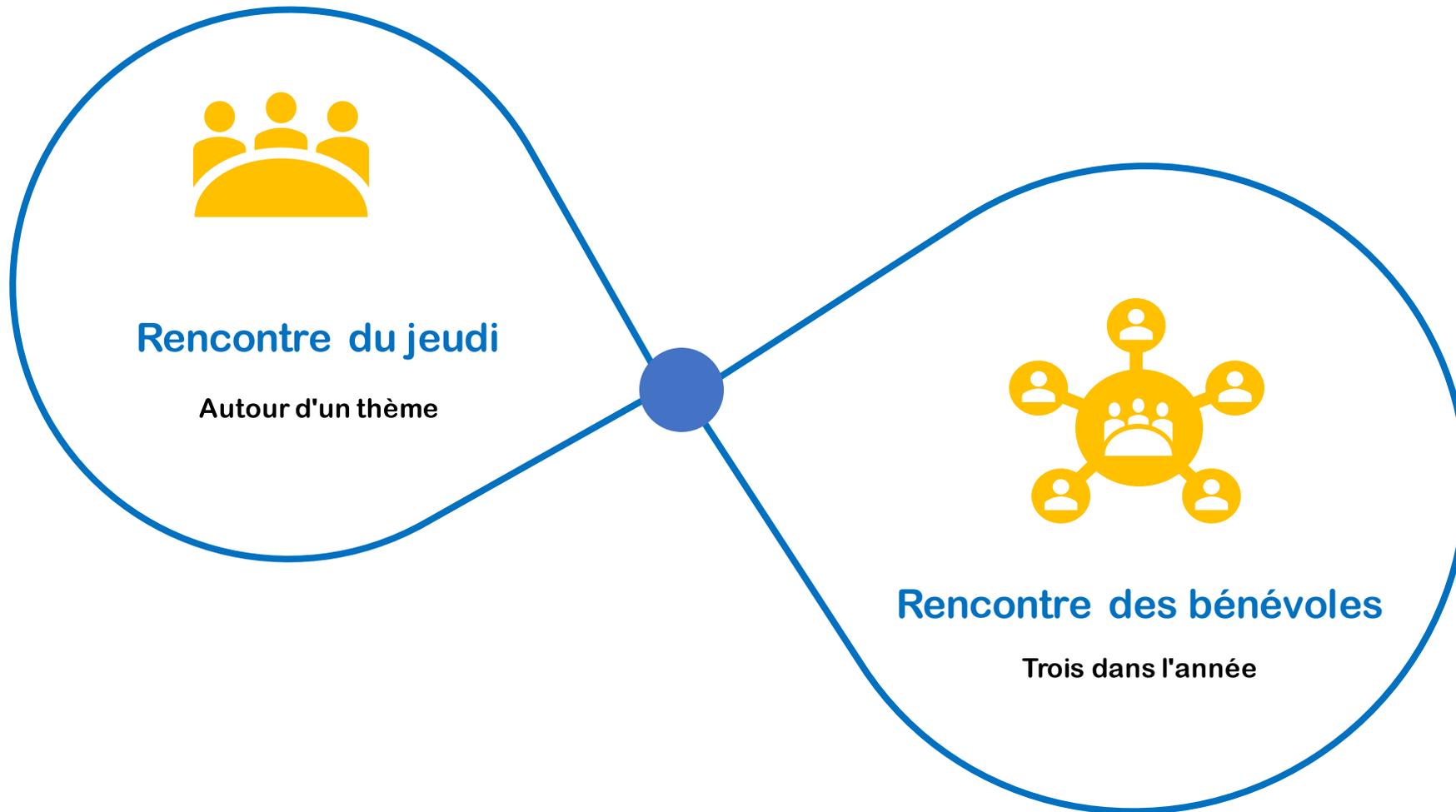
- PSSM Premiers Secours en Santé Mentale – 2 personnes (2 jours)



Organisation

fonctionnement de l'association

Notre fonctionnement



Adhésion

BULLETIN D'ADHÉSION 2022

À retourner accompagné de votre chèque à : Unafam - 12, Villa Compoint - 75017 Paris

Pour adhérer en ligne, rendez-vous sur Unafam.org



Rejoignez l'Unafam et retrouvez la force d'avancer !

OUI, je choisis d'adhérer pour soutenir le combat de l'Unafam.

	Cotisation	
<input type="checkbox"/> Adhérent actif non imposable	15 €	Joindre un justificatif
<input type="checkbox"/> Adhérent actif	65 €	Si vous payez un impôt sur le revenu, le reçu fiscal que vous recevrez vous permettra de bénéficier d'une réduction d'impôt de 66 % de votre adhésion. Chaque membre bénéficie du même accueil mais peut choisir de contribuer à hauteur différente aux actions de l'UNAFAM et de la délégation dont il dépend.
<input type="checkbox"/> Adhérent souscripteur	100 €	
<input type="checkbox"/> Adhérent donateur	250 €	
<input type="checkbox"/> Adhérent bienfaiteur	400 €	

DÉDUCTION FISCALE
66% (Voyez au verso)

Les adhérents reçoivent la revue trimestrielle *Un Autre Regard* par courrier et la *Lettre de la Présidence* mensuelle par e-mail.

Votre carte d'adhérent et votre reçu fiscal vous parviendront dans les meilleurs délais.

Date..... / /

SIGNATURE ►

M. Mme Mlle

BAWEB2021

Nom

Prénom

Adresse

Code postal Ville

Date de naissance :

Téléphone :

E-mail :

Je souhaite recevoir en toute confidentialité la documentation legs en faveur de l'Unafam

Les informations recueillies ont fait l'objet d'un traitement informatique destiné à la gestion de la liste des adhérents. Les données sont l'objet d'un traitement automatisé de données à caractère personnel et l'Unafam, conformément à la loi du 6 janvier 1978 relative aux « Informations et libertés » et au règlement européen 2016/679 du 27 avril 2016 (RGPD - Règlement général sur la Protection des Données », vous informons sur les adhérents, et de leur accord, de recueillir, de publier, de publier et/ou d'effectuer des recherches adressées aux adhérents à l'adresse adh@unafam.org

Déduction fiscale

66 %

DE VOTRE COTISATION SONT DEDUCTIBLES DE VOS IMPÔTS.
65 € ne vous coûtent réellement que 22,10 €.

**En adhérant,
vous nous permettez de développer nos actions,
d'avancer dans les prises en charge de nos proches,
de sortir les familles de leur isolement,
d'avoir plus de poids face à nos interlocuteurs.**

PROJETS EN COURS ET A VENIR

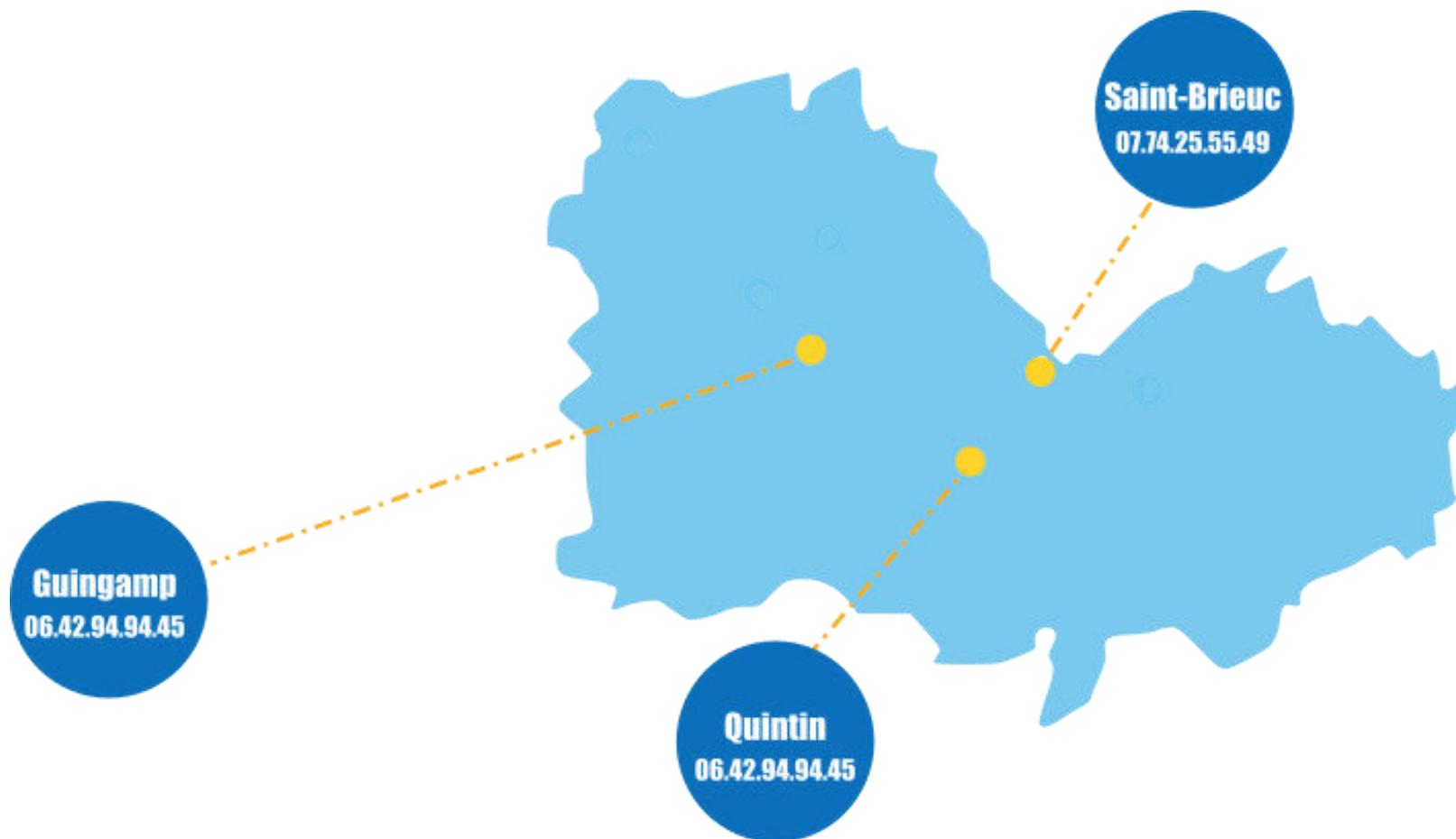
Poursuivre nos actions de soutien aux familles :
Accueillir et renseigner
Proposer des groupes de parole

Aménagements 2022

Numéros d'appel de la délégation des Côtes d'Armor



Les groupes de parole en 2022



Assurer la représentation des familles au sein des instances

Renouvelables en 2021 :

MDPH

CDU

CDSP

CTS

Un plan d'action 2021/ 2023

Objectifs Principaux pour notre plan d'action

- Faire vivre notre siège social
- Améliorer notre communication
- Diversifier les modalités de rencontre avec les familles
- Attirer et Fidéliser de nouveaux adhérents
Assurer la pérennité de la Délégation

Faire vivre notre siège social

Notre local associatif est au sein du Centre Social de la ville de Guingamp :

- Nous permet cependant de nous retrouver pour un travail collaboratif et le partage des tâches entre bénévoles.
- **Est ouvert au public tous les jeudis après-midi de préférence sur rendez-vous de 14h à 16h30.**
- Est un local partagé auquel nous n'avons accès que le jeudi. Notre espace de stockage y est limité à une armoire. Chaque fois que nous avons besoin d'une autre salle nous devons faire une demande écrite ...

Ce qui nous amène à envisager la recherche d'un nouveau local.

Améliorer notre communication

- **Poursuivre notre communication vers les adhérents (kesspasst-il et mails)**
- **Rencontrer nos partenaires afin de mieux se faire connaître. En 2021, nous avons rencontré les responsables des trois hôpitaux psychiatriques du département. En 2022, nous espérons faire de même avec la Délégation Départementale de l'ARS (Agence Régionale de Santé) et le département.**
- **Poursuivre la diffusion par mail de nos informations vers les interlocuteurs des familles et des malades. En 2021 nous avons touché toutes les communes et les MDD Maisons Du Département. En 2022, nous allons renouveler l'opération et y ajouter les Maisons France Service, l'Ordre des médecins et celui des pharmaciens.**
- **Rechercher dans chaque hôpital Psy , une personne qui sera le relais de nos infos.**
- **Assurer une mise à jour régulière de notre page internet**

Diversifier les modalités de rencontre avec les familles

Nous allons maintenir les groupes de paroles existants et si besoin remettre en route celui de Lannion.

Mais nous souhaitons aussi pouvoir proposer des rencontres à nos adhérents qui ne participent pas, ou plus, aux Groupes de parole. Aussi nous réfléchissons actuellement à la mise en place :

- d'un café rencontre au dernier trimestre autour du thème "après nous".
- d'un rendez-vous mensuel en visio conférence, 18h30/20h, où chaque rencontre portera sur une thématique particulière.



- **Journée d'information sur les troubles psychiques**

1 session d'une journée :

- **Vendredi 30 septembre**
- **lieu à déterminer, sur le secteur de Saint Brieuc**

- **Journée Mieux accompagner un proche souffrant de schizophrénie**

1 session d'une journée :

- **Vendredi 28 octobre**
- **lieu à déterminer, sur le secteur de Saint Brieuc**

Attirer et fidéliser de nouveaux adhérents

- **Pérenniser les actions existantes et diversifier les propositions en direction des familles : écoute, soutien aux familles, formations.**
- **Poursuivre les actions de communication, mieux se faire connaître pour obtenir plus d'adhérents sur l'ensemble du département et renforcer l'équipe des bénévoles.**

Assurer la pérennité de notre délégation

- Renforcer l'organisation de notre Délégation départementale pour mieux se répartir les tâches.
- Renforcer d'urgence l'équipe des bénévoles et prévoir la formation des nouveaux bénévoles
- Aller vers l'embauche d'un professionnel à mi-temps sur la délégation.
Pour cela, il nous faut à la fois trouver un local adapté et un financement pour ce poste.

Attirer de nouveaux bénévoles : une nécessité !

Cela fait déjà quelques temps que l'association vous soutient,
vous souhaitez voir notre association se pérenniser,
vous avez un peu de temps libre,
la volonté d'améliorer le parcours de vie
des personnes malades psychiques et de leurs familles,
venez renforcer notre équipe !

De nouveaux bénévoles : Pour quoi faire ?

- Se former pour accueillir sur Loudéac, Saint Briec, Guingamp, Dinan, Paimpol.
- Se charger des contacts avec la presse locale, participer à une campagne d'affichage, à la préparation du prochain Kesspasss-t-il .
- Participer à la déstigmatisation des maladies psychiques en représentant l'association dans les CLS, CLSM, en aidant à la mise en œuvre de temps de sensibilisation aux maladies psychiques.
- Venir aider ponctuellement pour un café rencontre, des mises sous enveloppe, la préparation de flyers ...
- Se préparer aujourd'hui pour prendre la relève des représentants de l'association dans les diverses instances (PTSM, CTS, CDU, MDPH, CDCA) et conseil d'administration (ACAP, UDAF...).
- Rechercher un local pour notre siège social, gérer les réservations des salles que nous utilisons .
- Collaborer aux mises à jour de notre site internet , écrire un témoignage.
- Préparer une journée conviviale pour les bénévoles ...

**Merci à tous pour de votre attention
et un grand merci à tous les bénévoles.**