

# LA PERMANENCE INFO SANTÉ MENTALE

VOUS ACCUEILLE

LES 3 PREMIERS MERCREDIS  
DE CHAQUE MOIS

DE 17H00 A 19H00

**- ENTRÉE LIBRE -**

ESPACE D'ÉCHANGE  
ANONYME  
ET OUVERT À TOUS

(interruption du 01/08/2022 au 31/08/2022 & du 23/12/2022 au 31/12/2022)

Pour toute information :  
tél : 05 53 27 45 49

- La PERMANENCE est animée par les intervenants en santé du C2A et les adhérents de l'UNAFAM 24.
- Le C2A est un centre de formation au rétablissement de l'Hôpital Vauclaire.
- L'UNAFAM est l'Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques.

## LA MALADIE MENTALE N'EST PLUS UNE FATALITÉ

« Aujourd'hui il est possible de se rétablir d'un trouble psychique (schizophrénie, bipolarité, dépression, addictions) et de retrouver une vie de qualité. Alors n'ayons plus peur de nous informer, de demander de l'aide et d'agir le plus précocement possible. »

*Antony ROBIN, Coordinateur du C2A*

**« AGISSONS  
ENSEMBLE ! »**

Projet  
soutenu par

Fondation  
de  
France

**« N'HÉSITÉZ PAS À VENIR  
VOUS INFORMER ET À CHERCHER  
L'AIDE DONT VOUS AVEZ BESOIN ! »**

**NOUS POUVONS  
VOUS AIDER !**

# PERMANENCE INFO SANTÉ MENTALE

animée par le C2A et l'UNAFAM 24



CLUB ACTION AVENIR  
BERGERAC



15, avenue Jean Moulin  
24100 BERGERAC  
Tél : 05 53 27 45 49

- Rez -de-chaussée -  
**PARKING GRATUIT**



# S'ENTRAIDER...

...C'EST ÊTRE PLUS EFFICACE

« Les résultats scolaires de ma fille de 19 ans s'effondrent et elle a des comportements bizarres. » *Pierre, père de famille*

« Un de mes élèves est de plus en plus triste et sa situation psychologique m'inquiète ». *Patrice, professeur en lycée professionnel*

« L'état psychologique d'une collègue se dégrade et je me sens impuissant à l'aider » *Yvonne, salariée en entreprise*

« Mon fils vit avec une vulnérabilité psychique depuis de nombreuses années. Je viens pour partager mon expérience avec les autres. » *Laure, adhérente de l'UNAFAM 24*

« En tant qu'ex-patient aujourd'hui rétabli, je suis présent pour faire passer un message d'espoir : on peut retrouver une vie satisfaisante ! » *Damien, pair-aidant*



- La **PERMANENCE** vous accueille pour aborder votre situation avec l'ensemble des personnes présentes et pour vous **soutenir**.
- L'anonymat est respecté et permet à chacun de parler en toute **confidentialité**. Les échanges de groupe favorisent l'**entraide**.

# S'INFORMER...

...C'EST POUVOIR AGIR !

- Vivre ou être en relation avec une personne qui a un trouble psychique **peut vous faire ressentir incompréhension, peur ou inquiétude**.
- Souvent la personne ne perçoit pas elle-même ses troubles ou ne souhaite pas être aidée.



- Mieux **comprendre** la situation que vous vivez pourrait vous permettre de trouver une attitude ou les mots aidants qui permettront à la personne en souffrance d'effectuer une **démarche** pour obtenir de l'**aide**.
- Venez nous rencontrer pour **trouver l'information** qui vous permettra de comprendre la situation complexe que vous vivez.

# PRÉVENIR...

...C'EST AUGMENTER LES CHANCES DE VIVRE COMME TOUT LE MONDE

- Les familles ne doivent plus craindre un diagnostic de schizophrénie ou de trouble bipolaire car des **traitements efficaces** existent, ainsi que des dispositifs d'aide au rétablissement comme le C2A par exemple.



- Le **retard de diagnostic** et un début de soin tardif ont pour conséquence l'apparition d'une situation de handicap psychique.
- Plus l'**aide** intervient tôt, plus l'impact de la vulnérabilité psychique est limitée.

**ALORS NE TARDONS PLUS**  
**AGISSONS LE PLUS TÔT POSSIBLE !**