



Le courrier des retraités du Pays de Châteaubriant

Avril 2023

Le mois dernier, à travers un texte du site « Cap Retraite » nous évoquions les valeurs et l'action des « petits frères des pauvres » en faveur de l'inclusion des personnes âgées. Aujourd'hui, nous évoquons une autre association : l'UNAFAM qui se réunit régulièrement à Châteaubriant.



L'Union Nationale de Familles et Amis de personnes Malades et/ou handicapées psychiques

Plus de 3 millions de personnes vivent avec des troubles psychiques sévères. Plus de 4,5 millions les accompagnent au quotidien. L'Unafam c'est plus de 15 000 adhérents et 112 délégations au sein desquelles 2 000 bénévoles, majoritairement des proches concernés par la maladie et formés, se relaient auprès des familles afin de les aider à sortir de l'isolement et à faire face à la maladie.

Écouter, soutenir et former les familles et l'entourage, défendre les intérêts communs des familles et des malades, voilà les missions auxquelles s'attèlent les 2 000 bénévoles de L'UNAFAM dans toute la France. Un accompagnement par des pairs, dans 300 points d'accueil, pour briser l'isolement, redonner espoir et retrouver le pouvoir d'agi

Nous donnons la parole à Nathalie qui nous partage son vécu dans l'accompagnement de sa mère en situation de souffrance psychique et nous l'en remercions.

Nathalie

Je vivais seule à Paris et je me suis rendu compte, au téléphone, au début du confinement, que ma mère qui réside à Châteaubriant présentait des troubles de l'attention, elle avait des trous de mémoire, des incohérences...

Ce temps du confinement a été un temps de réflexion qui m'a amenée à décider de quitter mon travail car j'avais « fait le tour de mon poste » et je pouvais envisager autre chose pour revenir à Châteaubriant auprès de ma m²ère.

Aujourd'hui je réside chez elle, ce qui simplifie beaucoup le soutien concret, quotidien, que j'avais décidé d'apporter à ma mère. Son médecin m'indiquait : « C'est bien que vous arriviez maintenant, car je m'apprêtais à demander son admission en maison de retraite. »

Cependant nos retrouvailles quotidiennes d'une mère et de sa fille furent assez chaotiques au

début. Parce que, pour deux personnes qui se sont perdues de vue, qui se connaissent donc assez mal, il y a nécessairement un temps d'adaptation. Chacune des deux était habituée à sa solitude, à sa façon de faire... Il fallut donc du temps et de la patience à ma mère comme pour moi. Il y eut des prises de bec, des moments de colère. Nous n'étions pas assez à l'écoute l'une de l'autre. Nous étions encore deux personnes différentes, vivant chacune dans son monde. Nous avons appris à vivre ensemble, à faire les ajustements qu'il convenait, à trouver un équilibre pour chacune. C'était une question d'écoute et de respect.

À l'UNAFAM, en tant que membre, on accompagne une mère ou un père, un frère ou une sœur, un grand-père ou une grand-mère ou un conjoint. Parfois même un voisin. Pourtant, même si tous les cas sont différents, chacun a sa place à l'UNAFAM car il y a des problèmes communs, des situations



communes, à toutes les familles de personnes malades psychiques. Dans les réunions de l'UNAFAM il va y avoir des mots-clés qui vont revenir; je trouve ça extrêmement intéressant. On apprend beaucoup dans cette association.

Dans une situation donnée, je fais comme ci, comme ça, mais je ne sais pas si c'est bien ou pas. Or à l'UNAFAM on se rend compte que les autres familles rencontrent les mêmes difficultés, les mêmes questionnements, les mêmes problématiques. Moi ça me fait beaucoup de bien de voir tout le monde dans

les réunions. On apprend beaucoup sur nous-mêmes, on fait des choses qu'on n'aurait pas cru pouvoir faire. Et on n'est pas jugé.

Par ailleurs on peut souvent vivre une sorte de yo-yo du moral avec la personne en situation de souffrance psychique : ma mère est très bien aujourd'hui mais, demain, ça n'ira plus... il faut savoir être actif, réactif savoir s'adapter. Se dire qu'on n'est pour rien dans la situation du proche et qu'il n'y a donc pas lieu de culpabiliser. Pour cela, l'UNAFAM représente un soutien considérable.

<https://www.unafam.org/>

Nouvelle journée de mobilisations et de grève jeudi 13 avril

L'intersyndicale appelle à une journée de mobilisations et de grève le 13 avril et soutient toutes les actions et initiatives intersyndicales de mobilisations, y compris le 14 avril, pour gagner le retrait de cette réforme.

Cette réforme est perçue, à juste titre, comme brutale et injuste par les travailleurs et travailleuses et la jeunesse qui ont tous et toutes bien compris qu'ils et elles devront travailler plus longtemps sans que jamais le patronat, ni les employeurs publics ne soient mis à contribution.

L'intersyndicale a soumis au Conseil constitutionnel, qui rendra sa décision le 14 avril, des argumentaires considérant que cette loi devrait être déclarée contraire à la Constitution.

L'intersyndicale appelle à une journée de mobilisations et de grève le 13 avril et soutient toutes les actions et initiatives intersyndicales de mobilisations, y compris le 14 avril, pour gagner le retrait de cette réforme.

**Cfdt: Châteaubriant
Union Locale**

***Retraites
une réforme injuste***

C'est NON !

*Allo, Grand-Père ... Tu
peux garder les petits ?*

*Ben... J'peux pas,
ch'uis au boulot !*



Ce bulletin vous paraît intéressant ? N'hésitez pas à faire suivre ce message à vos amis !



C'est officiel !

Michel Drucker a enfin tous ses trimestres !

Vos idées, vos propositions

Peut-être y a-t-il un sujet, un thème, que vous souhaitez voir abordé dans notre bulletin ?

Dans ce cas, n'hésitez pas, **faites-nous signe !**

Union Locale CFDT des retraités de Châteaubriant

3 rue Gutenberg 44110 Châteaubriant - Permanence le premier mercredi de chaque mois à 10h
Téléphone : 02 40 81 05 31 - Tél portable : 06 87 65 01 03 (B.Provost) ou 06 32 01 79 64 (P.Urvoy)
Courriel : retraites.cfdt.chateaubriant@laposte.net