

## La Maison Des Usagers : Les Colibris



La Maison Des Usagers (MDU) « Les Colibris » est née à la suite d'un sondage, afin de connaître les souhaits des usagers sur le namurois, avec l'aide de différents professionnels de la santé mentale et d'usagers en rétablissement.

A partir de cela, la MDU a été pensée, discutée et enfin créée ☺

Depuis, comme toute nouvelle association, il y a eu des hauts et des bas, des discussions, de nouvelles idées... et notre association est toujours présente et est ouverte à tout patient en rétablissement.

Actuellement, elle est ouverte le mercredi soir, et les usagers peuvent y trouver des activités diverses (jeux de société, quizz musical, méditation, activité créative, mandalas etc.).

Ils peuvent, et c'est aussi un des buts de la MDU, proposer et animer des ateliers, selon leurs envies, passions ou talents.

D'ailleurs un de nos projets s'appelle « Nous avons TOUS des Talents ! », qui consiste via des présentations dans différents lieux, à encourager et à stimuler les patients à (ré)découvrir ce qui les anime, leur donnent le sourire quand ils en parlent.

Et la MDU est un lieu où ils peuvent l'exprimer par l'intermédiaire d'activités.

Les bénéficiaires peuvent également participer aux activités ou tout simplement, venir se poser autour d'un café ou d'une boisson soft.

Nous encourageons les usagers à s'échanger des trucs et astuces de rétablissement : le co-rétablissement.

Notre slogan est « **Le co-rétablissement peut être contagieux car ce qui aide l'un peut aider l'autre !** »

Pour conclure, La Maison Des Usagers « Les Colibris » de Namur est un lieu différent et en même temps complémentaire des structures hospitalières.

Elle ne demande qu'à se développer davantage et ainsi répandre (comme le colibri répand le pollen autour de lui) le co-rétablissement au plus grand nombre.

### Maison Des Usagers : Les Colibris

Réseau Santé Namur

📍 Avenue Cardinal Mercier 69 à 5000 Namur

☎ 089 49 77 08 ✉ mdudenamur@gmail.com

**Contact :** CUNIN Laëtitia, Co-fondatrice de la MDU