

Bulletin délégation UNAFAM ISERE

Union Nationale de Familles et Amis de Personnes Malades et/ou Handicapées Psychiques
Association reconnue d'utilité publique

Edito

Françoise Braoudakis, *Présidente Déléguée Départementale de l'UNAFAM*
Michèle Leclercq, *Vice-Présidente de la Délégation départementale de l'UNAFAM*

Chers adhérents, Chers aidants familiaux

L'année 2022 s'ouvre sur des perspectives plutôt pessimistes sur le plan sanitaire. Nous devons à nouveau nous mobiliser pour nous protéger, nous, nos proches et les personnes que nous côtoyons, tout en continuant nos activités.

Mais comme en 2020, 2021, nous allons trouver « la force d'avancer » en maintenant nos accueils, nos activités, à distance tant que cela sera nécessaire.

Ce bulletin témoigne de la vitalité de notre délégation qui, grâce à l'engagement de ses bénévoles, intervient dans beaucoup de domaines (de l'accueil, de l'information, de la formation, de la représentation, de la défense des droits de nos proches malades, etc) pour porter la voix des aidants de proximité que nous sommes.

Le dernier trimestre a permis des rencontres très riches sur tout le territoire de l'Isère, avec de nombreux partenaires, pendant les Semaines d'Informations sur la Santé Mentale

(SISM), le mois de l'accessibilité, les rencontres familiales de l'UDAF. Ces rencontres permettront, nous l'espérons, un autre regard sur nos proches qui ont toute leur place dans la cité.

En cette année d'élection présidentielle, nous serons force de proposition auprès des candidats. L'Unafam nationale a recensé 10 mesures,

à insérer dans les programmes. Nous tâcherons localement de les faire connaître aux pouvoirs publics.

A l'aube de cette nouvelle année, restons confiants dans notre capacité à œuvrer pour un avenir plus juste et plus solidaire pour nos proches et ceux qui les accompagnent.

Notre Délégation et ses bénévoles vous assurent de leur soutien pendant cette période encore incertaine.

Nous vous présentons à toutes et à tous nos meilleurs vœux pour 2022, sous le signe de la santé et de la solidarité.

Prenez soin de vous et de vos proches !

Dans ce numéro

1 Edito

2 Dossier

La Force d'Avancer

5 Agenda

Accueils et Conviviales

6 Planning des groupes de paroles et des formations pour les aidants



Et si moi aussi je devenais RU ?

Monique Lezziero, Aude de Cornulier, Représentantes des Usagers à la clinique du Grésivaudan et au CHAI, bénévoles Unafam 38

L'UNAFAM, Union nationale des familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques joue un rôle majeur dans la défense des droits et intérêts des patients et usagers dans la santé mentale.

Parmi ces représentations, celui de **Représentant des Usagers (RU)** en est un intéressant. En Isère les RU sont au nombre de 13 depuis de nombreuses années et travaillent au sein des Etablissements de santé, dans les commissions des Usagers et autres pour défendre les droits des Usagers dans toute leur dimension. C'est un rôle passionnant et formateur pour les bénévoles : informations sur les services, **les activités des Maisons des Usagers** et sur les mesures prises depuis la crise. Fin 2022, il y a renouvellement des mandats par l'Agence Régionale de Santé et nous souhaitons vous inviter à rejoindre le groupe de RU existant pour faire avancer les Droits de nos proches.

Parmi les nombreuses mesures que les RU font avancer, nous



pouvons citer : **l'alliance thérapeutique** qui reste un enjeu majeur pour la stabilisation de nos proches. De plus des interventions se déroulent pour améliorer la bien-être dans les Etablissements la présence du Juge des Libertés lors d'une hospitalisation d'office, la prise en charge précoce des troubles, **les droits à promouvoir** (aller et venir au sein des Etablissements, la personne de confiance, plaintes et réclamations ...). Des formations rémunérées par France Asso Santé permettent d'intégrer la fonction ainsi que des aides associatives (rencontres trimestrielles pour partager les savoirs)..

Faites-vous connaître ... Rejoignez-nous, Ensemble nous serons plus forts !... l'Unafam est présente pour nous aider et nous valoriser.

« Si vous êtes intéressé(e) par la fonction de RU dans une structure sanitaire, hôpital ou clinique psychiatrique, vous pouvez contacter notre Délégation qui proposera les candidats de l'Unafam 38 à l'ARS , à la fin de l'année 2022 . » F Braoudakis

Conférence Régionale de la Santé et de l'Autonomie

Joël Roy, Représentant des Usagers à la CRSA, bénévole Unafam 38

J'ai été désigné représentant des usagers suppléant à la Conférence Régionale de la Santé et de l'Autonomie (CRSA) de la Région Auvergne Rhône-Alpes (AURA) en octobre 2021. Ce positionnement permet ainsi de défendre le point de vue des usagers lorsque l'administration par exemple envisage de fermer des services de soins ou de financer des projets ou des équipements lourds (scanner, IRM...). La CRSA donne également un avis sur le projet régional de santé et sur le mode de financements de la santé entre les 12 départements de la région AURA. La situation actuelle n'est pas équitable. A ce jour, l'écart de financement ramené à l'habitant dépasse les 30% entre la région la moins bien dotée (Centre) et la région la mieux traitée (Bretagne). La commission spécialisée qui porte la voix des usagers est composée de 12 membres qui repré-

sentent 140 associations régionales très diversifiées dans les domaines de la santé, du médico-social mais aussi des consommateurs.



Les CRSA sont donc des instances qui incarnent la démocratie en santé au niveau régional. L'UNAFAM peut ainsi contribuer à enrichir les avis de cet organisme consultatif très important sur les questions essentielles de financement des services et d'équité de l'offre de soins sur les territoires.

La crise sanitaire récente a conforté la légitimité de notre association auprès des pouvoirs publics par l'expertise d'usage de chacun d'entre nous. Il est important que les enjeux de la santé mentale soient relayés dans les instances régionales de santé en visant au plus juste l'intérêt commun.

Dépression, il y a urgence à agir !

Georges Braoudakis, bénévole Unafam 38

« La dépression est une maladie qui peut durer quelques semaines, voire plusieurs mois, parfois plusieurs années. Elle nécessite souvent une prise en charge médicale et sa guérison n'est pas une affaire de volonté. Fin septembre 2021, l'Unafam et la Fondation Pierre Deniker ont dévoilé un baromètre sur la dépression, réalisé avec le concours du laboratoire Janssen et de l'institut CSA. Trois grands enseignements : Prise en charge insuffisante, tabou social et manque d'informations.

Avec seulement un patient sur trois pris en charge par un professionnel de santé, le sondage met en évidence un système de soins débordé, alors que plus d'un Français sur dix est actuellement touché par la maladie. En plus, la crise Covid est venue accentuer une situation déjà préoccupante pour les dépressions : 1 sur 2 des personnes atteintes estime que sa maladie s'est aggravée avec la pandémie.

A cette prise en charge qui ne parvient plus à suivre le flux de la maladie, s'ajoute un silence qui aggrave la souffrance des patients et des proches : 46% des personnes actuellement atteintes n'en parlent pas et 62% ont l'impression que leur ma-

ladie n'est pas comprise par leur entourage. Enfin, comme le montre le sondage, l'information reste insuffisante auprès de la population et deux tiers des soignants estiment que l'on manque de personnel formé. 44% des aidants soutiennent leur proche malade seuls. Mais la dépression se soigne, comme 95% des soignants l'affirment.

C'est pourquoi l'Unafam insiste sur le sentiment de gâchis qu'inspirent ces résultats. Pour Marie-Jeanne-Richard, présidente de l'Unafam : « Face au fardeau de la dépression, les familles crient à l'aide ! Elles savent que leur présence auprès de leurs proches est importante mais elles se sentent impuissantes voir épuisées. Elles ont besoin d'aide pour garder espoir ». L'Unafam38 a organisé mi-novembre 2021 une première « Journée d'information sur la dépression résistante », pour **une meilleure compréhension des troubles dépressifs pharmaco-résistants et pour permettre de faire face à leurs conséquences, d'améliorer la relation avec le proche malade et de se préserver**. En mai et en octobre prochains, nous envisageons deux nouvelles sessions pour les familles.

Le réseau des grands-parents de l'Unafam

Françoise Braoudakis, Déléguée Départementale de l'Isère

Le réseau de grands-parents de l'Unafam a émergé à Paris en 2006. C'est un réseau d'entraide mutuelle. La délégation de l'Isère a intégré le groupe de travail national, à sa création, en 2020.

Ce groupe concerne les grands-parents dont l'enfant, qui vit avec des troubles psychiques, devient parent à son tour. Etre grands-parents c'est accompagner nos enfants devenus parents, les relayer en cas de nécessité. Ainsi lors d'une hospitalisation de l'un des parents, les grands-parents peuvent être amenés à héberger leur petit-enfant, à l'emmener à l'école, à répondre à ses questions sur la maladie de son parent.

Une réelle reconnaissance du réseau grands-parents a été apportée par l'Unafam dans son magazine « Un autre regard » n°3 - 2020, avec un dossier consacré à la parentalité et au rôle des grands-parents.

N'hésitez pas à nous rejoindre si vous êtes concernés !

Le réseau de grands-parents Unafam souhaite une reconnaissance, par les pouvoirs publics, du rôle de soutien familial de recours, d'accompagnement. Il demande d'étendre la Prestation Compensatoire du Handicap (PCH), aide à la parentalité, aux parents souffrant de troubles psychiques

Il souhaite enfin une meilleure coordination entre les services de soins, les services sociaux, et les tribunaux dans les cas complexes.

A la Délégation 38, après une enquête auprès de nos adhérents, une vingtaine de familles de grands-parents se sont manifestées. Nous les avons réunies en visio-conférence en septembre 2021. Nous

les réunirons en janvier.

Nous envisageons la création d'un groupe de parole spécifique qui pourrait démarrer en 2022.

Ensemble, la Force d'Avancer

Claude Guerry, bénévole Unafam 38, Anaïs Rousson CCD

Nous avons choisi pour thème de ce bulletin « **la force d'avancer** » car vous devez toutes et tous faire preuve de force pour continuer à avancer en dépit du contexte actuel.

De même et ce, malgré les difficultés que nous pouvons rencontrer au cours de cette crise sanitaire, notre délégation continue de se mobiliser. Les bénévoles restent à vos côtés pour vous soutenir, vous accueillir et vous écouter.

Pour assurer au mieux leurs missions, chaque bénévole reçoit une formation qui correspond à son engagement le plus souvent au siège de l'Unafam à Paris.

En 2021, 13 bénévoles se sont formés, 2 en formation initiale et 6 pour être accueillants, 5 à l'animation de formations spécifiques qui nous permettront d'organiser des journées sur notre territoire dans le courant de l'année : Mieux accompagner un proche souffrant de schizophrénie, Journée d'information sur la

dépression résistante.

Outre les services pourvus par les bénévoles de la délégation 38, les familles ont la possibilité de s'adresser à Ecoute-famille au siège de l'Unafam (01 42 63 03 03) permanence assurée par des psychologues cliniciens*. Vous pouvez également contacter une assistante sociale spécialisée dans le champ du handicap psychique (01 53 06 30 91) et pour les adhérents**, prendre RV au 01 53 06 30 43 pour accéder à la consultation psychiatre, au service juridique pour obtenir des éclaircissements liés à la prise en charge de votre proche, ou au dispositif dédié pour les parents de jeunes en difficulté.

Nous sommes en mouvement et nous souhaitons être à vos côtés aussi longtemps que vous en éprouverez le besoin.

* plus de renseignements <https://www.unafam.org/besoin-daide/une-ligne-decoute>

** plus d'informations <https://www.unafam.org/besoin-daide/>



N'hésitez pas à nous contacter, nous restons à votre entière disposition !

Souvenir d'une distinction honorifique

Le lundi 13 décembre 2021, dans nos locaux, Marie-Jeanne Richard, Présidente nationale de l'Unafam, recevait des mains de M. Beltran-Lopez, Conseiller municipal délégué Handicap et Accessibilité, la médaille de la ville de Grenoble. Cette distinction honore notre Présidente pour son action, voire ses combats, en faveur des personnes vivant avec des troubles psychiques et, en particulier, pendant la pandémie. Cet honneur rejailit sur la Délégation 38 dont Marie-Jeanne a été la Déléguée pendant cinq ans de 2013 à 2018.

Nous lui présentons nos sincères félicitations et nos meilleurs vœux pour la poursuite de son mandat et pour la réalisation de ses projets à l'Unafam.





Agenda

Mercredi 2 février - **St Jean de Moirans**, salle Emma Ginet à 16h
- **Massieu**, salle des fêtes à 20h

Dans le cadre de la **Semaine de prévention du suicide** le Conseil Local de Santé Mentale du Pays Voironnais vous propose un **Théâtre-Forum** avec la Cie IMP'ACTE.

Informations au 04 76 93 17 59 et inscriptions au 04 76 93 16 54 - Entrée gratuite, Pass sanitaire obligatoire

Accueils individuels

ils se font en présentiel ou en distanciel

Pour prendre RV

contactez la délégation au 04 76 43 12 71

du lundi au jeudi 9h -12h30 / 13h30 -17h30 et vendredi 9h-13h

Tous les accueils et les conviviales sont assurés par les bénévoles de l'Unafam, pair-aidants famille, formés.

Bassin grenoblois et Sud Isère

Grenoble Accueil sur **RV**, à la Maison des Associations, tous **les mardis** de 17h00 à 19h00 et le **2ème et 4ème vendredi** du mois de 11h00 à 13h00.

Pays voironnais

Voiron Accueil **sur RV** au Centre Charles Béraudier, le **dernier mercredi du mois** de 17h30 à 20h, en mixte : en présentiel et distanciel.

Nord-Isère

- **Bourgoin-Jallieu** Accueil, le **1er et 3ème jeudi du mois** de 16h00 à 18h, **sur RV**

- **La Tour du Pin** Accueil, le **1er mercredi du mois**, à partir de 16h00,

Roussillon et Vienne

Réunions conviviales

inscription par mail à 38@unafam.org

Au regard de la situation sanitaire actuelle, elles se font pour l'instant en visio-conférence

Bassin grenoblois et Sud Isère

Grenoble, Maison des associations, le 1er mardi du mois de 17h à 19h

Pays voironnais

Voiron, Centre Charles Béraudier, le 1er mercredi du mois de 18h à 20h

Nord-Isère

Les adhérents sont informés par courrier

Planning des groupes de parole et des formations pour les aidants 2022

GROUPES DE PAROLE

10 séances (1 par mois) de Janvier / Février à Décembre 2022 :

- | | |
|---|----------|
| 1. Familles - Mercredi de 18h30 à 20h | Grenoble |
| 2. Familles pour les territoires éloignés - Jeudi de 18h à 19h30 en visio | Grenoble |
| 3. Frères et Sœurs : Lundi de 18h30 à 20h | Grenoble |
| 4. Grands-parents : Construction en cours | Grenoble |
| 5. Familles Groupe ouvert en Automne / 2 séances / 2 groupes | Grenoble |
| 6. Familles / Nord Isère : Lundi de 18h30 à 20h | Bourgoin |
| 7. Familles / Isère Rhodanienne : Mercredi de 18h à 19h30 | Vienne |

FORMATIONS

- | | | |
|------------------|---|----------------------------|
| JANVIER | Journée d'information sur les troubles psychiques - Samedi 29 Janvier | Bourgoin |
| MARS | Mieux accompagner un proche souffrant de schizophrénie - Samedi 5 Mars | Bourgoin |
| | Ateliers PROSPECT - Samedis 12, 19 et dimanche 20 Mars | Bourgoin |
| | Ateliers FOVEA - Méditation VITTOZ : 8 séances | Grenoble |
| | Journée d'information sur les troubles psychiques - Samedi 26 Mars | Grenoble |
| AVRIL | Journée d'information sur les troubles psychiques - Samedi 2 Avril | Crolles |
| MAI | Mieux Communiquer avec son proche bipolaire - Samedis 14 et 21 Mai | Grenoble |
| | Journée d'information sur la dépression résistante - Vendredi 13 Mai | Grenoble |
| JUIN | Inscription PROFAMILLE / avec le C3R / fin Juin / pour démarrer en Septembre | Grenoble |
| JUILLET | Mieux accompagner un proche souffrant de schizophrénie – Samedi 9 Juillet | Grenoble |
| SEPTEMBRE | Groupes de Parole ouverts - fin Septembre à début Décembre | Bourgoin, Vienne, Grenoble |
| OCTOBRE | Journée d'information sur les troubles psychiques - Samedi 2 octobre | Voiron |
| | Ateliers PROSPECT - Samedis 8, 15 et dimanche 16 octobre | Grenoble |
| | Journée d'information sur la dépression résistante - Vendredi 14 octobre | Grenoble |
| NOVEMBRE | Journée d'information sur les troubles psychiques - Samedi 19 novembre | Vienne |
| | Journée Troubles du Comportement de l'enfant et de l'adolescent - Sam 26 Novembre | Grenoble |

