



UNAFAM HAUTS DE SEINE

BULLETIN DE LIAISON

L'ÉDITORIAL : Renforcement de la délégation régionale UNAFAM

Christian Rossignol, *Délégué départemental UNAFAM Hauts-de-Seine jusqu'au 22 février 2024*
Délégué régional UNAFAM Île-de-France

J'ai été nommé délégué départemental de l'UNAFAM Hauts-de-Seine par le Conseil d'Administration national en décembre 2019. La mission étant de décliner les orientations et les projets de notre association, en s'adaptant aux réalités locales des Hauts-de-Seine, avec l'appui des bénévoles et de nos deux salariées professionnelles.

Entre le national et le départemental, il y a la région et ses interlocuteurs institutionnels. Parmi ceux-ci, l'Agence Régionale de Santé — ARS. Elle nous soutient depuis de nombreuses années au travers, notamment, d'une convention. Celle-ci a pour objet principal de soutenir l'animation des délégations départementales de l'UNAFAM. Depuis février 2023, je suis en charge de la mise en œuvre de cette convention au travers de ma nomination en tant que délégué régional IDF, en sus de mes activités en tant que délégué départemental des Hauts-de-Seine.

L'ARS a récemment accepté d'accroître son soutien à l'UNAFAM en apportant des moyens financiers supplémentaires à la délégation régionale. L'objectif est que celle-ci puisse se développer pour coordonner des actions régionales,

Je suis aujourd'hui conduit à privilégier mes activités de délégué régional, j'ai donc remis ma démission de la fonction de délégué départemental. Cependant, en tant que délégué régional, je suis en charge de soutenir le fonctionnement des huit délégations départementales, dont l'Unafam Hauts-de-Seine.

Une démarche participative a été engagée pour assurer la suite. Nous considérons que pour un responsable associatif, l'exercice de ses responsabilités pendant son mandat ne peut fonctionner que soutenu par l'ensemble des bénévoles. Ainsi, ceux-ci ont été invités à s'exprimer sur leur vision de la manière d'organiser et d'animer le fonctionnement de notre délégation ainsi que sur des candidats pressentis dans cette perspective. Ces candidatures seront présentées au Conseil d'Administration national qui se tiendra le 22 février 2024. Mon mandat de délégué départemental s'arrêtera à cette même date.

Cette organisation fonctionnelle est une réalité importante, mais l'essentiel reste les soutiens apportés aux familles. Au-delà de la question de la « gouvernance », ces activités restent assurées par nos bénévoles et nos salariées qui continuent leurs engagements. Les dispositifs existants d'écoute téléphonique, d'entretiens en face à face, de réunions d'échange entre familles, d'informations, de formations et de communication perdurent. Les représentations dans les instances communales et départementales seront poursuivies le plus possible grâce aux bénévoles actuels et nouveaux que nous espérons nombreux à nous rejoindre,

À l'heure de l'écriture de cet édito, les décisions de notre échelon national ne sont pas encore connues. J'adresse mes meilleurs souhaits pour le futur en considérant que la continuité de services est assurée et en affirmant le soutien de la délégation régionale de l'UNAFAM.

A toutes et à tous j'adresse mes meilleurs vœux pour cette nouvelle année 2024. Qu'elle vous apporte l'assurance de notre soutien, et bien sûr de nombreuses satisfactions et l'énergie pour faire face à toutes les incertitudes.



LES 60 ANS DE L'UNAFAM

L'UNAFAM a fêté son 60^{ème} anniversaire les 24 et 25 novembre dernier sous le signe de l'espoir, celui expriment les bénévoles, les pairs aidants, les personnes concernées, les professionnels ainsi que nos voisins européens qui ont fait part de progrès réalisés grâce, notamment, aux actions de l'UNAFAM.

Tous ont mis en avant une meilleure prise en compte du projet de vie et de la parole de nos proches, la réhabilitation psychosociale, la psychoéducation, les thérapies, le rétablissement.

Espoir confortés par des travaux de recherche présentés et par les engagements des représentants de l'État qui ont assisté à ces journées.

NOUVEAUX PROJETS 2024 !

Des nouvelles propositions de « réunions spécifiques » destinées à l'entourage de personnes vivant avec des troubles psychiques seront mis en place dans notre délégation en 2024 :

- Des **Réunions d'échange et de partage entre Parents de Jeunes** (adolescents et jeunes adultes de 12 à 20 ans ayant des troubles psychiques) et
- Un **Café-rencontre conjoints** dédié aux conjoints de personnes concernées par de troubles psychiques

Leur organisation ainsi que les modalités de participation sont en phase d'élaboration. Toutes les informations pratiques seront disponibles sur notre page internet courant du premier trimestre 2024 et la période de démarrage dépendra, quant à elle, **du nombre de demandes d'inscriptions (personnes intéressées)**.

Si l'une de ces propositions vous intéresse, envoyez votre demande de préinscription à l'adresse 92@unafam.org en indiquant **l'intitulé de la réunion souhaitée**. Vous serez recontacté ensuite pour plus d'informations !



Espoir donc, mais combats toujours, car le chemin qui reste à parcourir est encore bien semé de traverses : la stigmatisation qu'il faut réduire, les moyens donnés à la psychiatrie notoirement insuffisants, un meilleur respect des droits, les insuffisances en matière de logements et d'accès à l'emploi, à la culture, aux loisirs pour nos proches et l'intensification et la diversité du soutien aux aidants, désormais reconnu comme nécessaire,

60 ans de combats et ce n'est pas fini !

NOTRE BULLETIN EVOLUE

Notre priorité est de faire connaître notre agenda des réunions d'échanges et de partage pour l'entourage, les réunions spécifiques (frères et sœurs, grands-parents,...), les journées d'informations et les formations pour les aidants. Il s'agit, pour l'UNAFAM des Hauts-de-Seine, de s'assurer que nos propositions soient connues de toutes les familles alto-séquanaises à qui cela pourrait rendre service.

Nous faisons évoluer notre bulletin de liaison en réduisant sa pagination à quatre pages de manière à en faciliter sa réalisation et sa lecture. Un éditorial, complété de brèves, permettra d'évoquer des sujets importants que l'UNAFAM 92 souhaite mettre en avant.

La page internet de l'UNAFAM 92 et le site de l'UNAFAM nationale permettent, au côté de notre revue nationale « Un autre regard » (quatre numéros par an) de faire connaître les actualités, les textes juridiques, des réflexions de fond. Ils contribuent également au partage du vécu des familles et des réalisations faites par les délégations de l'UNAFAM dans toute la France.



FOCUS : SOYEZ RÉHAB – Guide pratique de réhabilitation psychosociale

Nicolas Rainteau. Ed. Elsevier Masson, 2023

Nicolas Rainteau est psychiatre, responsable du centre de rétablissement et de réhabilitation (C2R) Jean Minvielle au CHU de Montpellier. Grand « vulgarisateur » des concepts et outils de la *réhabilitation psychosociale*, son livre - véritable *mode d'emploi* pour tous, illustre leurs mis en pratique avec l'envie simple de répondre à la question : *c'est quoi faire de la réhab au quotidien ?*

A travers l'analyse de vignettes exposant des situations de vie précises, l'ouvrage aborde des problématiques importantes par une approche très pratique et pédagogique. Facile, direct et agréable à lire, il s'adresse à l'ensemble des familles, des professionnels de santé et du médico-social.

AGENDA : RÉUNIONS / GROUPES / FORMATIONS

RÉUNIONS D'ÉCHANGE ET DE PARTAGE - Destinées à l'entourage familial

<p>➤ Réunion d'Antenne Nord : Chaque 3ème jeudi du mois. 14h30 à 17h Centre Administratif (Grand Théâtre) 16, Place de l'Hôtel de Ville / Salle 7 – ASNIERES</p>	<p>Dates : 18/01/24 ; 21/03 ; 16/05 ; 20/06 et le 19/09 (<i>Pas de réunion pendant les vacances scolaires</i>)</p>
<p>➤ Réunion d'Antenne Centre : Le 1er samedi du mois. 14h30 à 17h Maison de l'Amitié - 18, rue des Ecoles SAINT-CLOUD Places limitées. S'inscrire par mail: unafam.saintcloud@orange.fr</p>	<p>Dates : 06/01/24; 03/02; 02/03; 06/04; 04/05; 01/06 (<i>Pas de réunion en septembre</i>)</p>
<p>➤ Réunion d'Antenne Sud : Chaque 3ème samedi du mois. 14h30 à 17h30 l'Espace Loisir Seniors - 11/13, rue Jean Jaurès, FONTENAY AUX ROSES</p>	<p>Dates : 20/01/24 ; 17/02; 16/03; 20/04; 18/05; 15/06; et 21/09.</p>
<p>➤ L'Escapade (Café rencontre) : Le 1er lundi du mois. A partir de 14h. Maison des Associations de Suresnes - 100 rue de la République SURESNES</p>	<p>Dates : 08/01/24; 05/02; 04/03; 01/04; 06/05; 03/06 et 02/09</p>


REUNIONS « ESPACE FRERES ET SŒURS »

Réunions d'échange et de partage destinées aux *frères et sœurs des personnes souffrant de troubles psychiques*. Les réunions sont animées par une psychologue clinicienne et un bénévole Unafam autour de thématiques choisies par les participants. **Réunions en distanciel.**

- Participation **gratuite** mais **inscription obligatoire** (groupe de 10 participants) : envoyer un email à fratrie.unafam92@gmail.com pour recevoir le lien d'inscription (le lien de connexion sera envoyé automatiquement après inscription) ou le récupérer sur notre page internet :
<https://www.unafam.org/hauts-de-seine/groupes-specifiques-freres-soeurs-conjoints>
- **Dates/Horaire** : le deuxième lundi du mois de **19h à 21h**. : 15/01/24 (3^{ème} lundi); 12/02/24; 11/03/24; 08/04/24; 13/05/24; et le 09/09/24,
- **Réunion en présentiel (1/semestre)** : le samedi 01/06/24 de **14h30 à 16h30 à Bois-Colombes**.
➤ **Gratuite**. Information et inscription par mail : fratrie.unafam92@gmail.com

REUNIONS « GROUPE GRANDS-PARENTS » UNAFAM IDF

Vous avez des petits-enfants dont l'un ou les deux parents souffrent de troubles psychiques.
Réunions d'échanges et partage d'expériences entre pairs accompagnés de professionnels organisées en **distanciel**.

- **Organisées par l'UNAFAM** 
- 5 réunions de 2 heures animées par des bénévoles de l'Unafam : Un psychiatre thérapeute familial et une grand-mère bénévole (12 personnes)
 - Participation Gratuite : inscrire et demande du calendrier des réunions par mail : grands-parents.idf@unafam.org
- **Organisées par le Café de l'École des Parents et Educateurs IDF (EPE)**  
- Échanges de 2 heures avec l'Unafam animés selon le thème par un membre de l'équipe du café de l'École des parents (avocate, chargée de mission parentalité...)
 - S'inscrire par téléphone au **01 44 93 44 84** ou par mail à cafedesparents@epe-idf.com ou sur le site :
<https://parents.epe-idf.com/cafe-des-parents/>
 - Coût : 5 €. Gratuit pour les personnes sans ressources.
 - Calendrier à demander à L'École des Parents et des Éducateurs,

GROUPES DE PAROLE

➤ Groupe de parole Nord : Chaque 2ème jeudi du mois. 19h à 21h Délégation Unafam 92 - 4, rue Foch - BOIS-COLOMBES	<i>(Actuellement complet. Inscription en liste d'attente possible.)</i>
➤ Groupes de parole Centre : - Groupe 1 : Chaque 1er mardi du mois. 18h30 à 20h30 - Groupe 2 : Chaque 2ème mardi du mois. 18h30 à 20h30 Maison de la Famille - 6, avenue du Général Leclerc - SAINT-CLOUD	<i>(Actuellement complet.)</i> <i>(Places disponibles. Demander inscription à 92@unafam.org)</i>
➤ Groupe de parole Sud : Chaque 2ème jeudi du mois. 18h30 à 20h30 l'Espace Loisir Seniors - 11/13, rue Jean Jaurès - FONTENAY AUX ROSES	<i>(Actuellement complet. Inscription en liste d'attente possible.)</i>

FORMATIONS - DEMANDES D'INSCRIPTION PAR MAIL : 92@unafam.org*Participation gratuite mais inscription obligatoire**Fiches de préinscription* disponibles sur www.unafam.org/hauts-de-seine**(*Inscription effective après échange téléphonique avec bénévole formatrice)***JOURNÉE MIEUX ACCOMPAGNER UN PROCHE SOUFFRANT DE SCHIZOPHRENIE**Journée dédiée exclusivement aux familles concernées par un proche souffrant de troubles schizophréniques**Date et horaire** : **Samedi 16 Mars 2024** de 9h à 17h**Lieu** : Unafam 92 à Bois-Colombes. / **Animateurs** : une psychologue et une bénévole U92**Objectif** : apporter des informations pratiques (savoir-être et savoir-faire) aux proches de personnes souffrant de schizophrénie afin qu'ils puissent les accompagner dans la durée et se préserver.Afin de bénéficier pleinement de cette journée, **il est recommandé de suivre en amont le module e-learning "Les schizophrénies"** accessible gratuitement sur notre plateforme : www.formaidants.fr**JOURNÉE D'INFORMATION SUR LES TROUBLES PSYCHIQUES**Journée dédiée exclusivement aux familles concernées par les troubles psychiques d'un proche majeur.**Date et horaire** : **Vendredi 22 Mars 2024** de 9h à 17h**Lieu** : Unafam 92 à Bois-Colombes. / **Animateurs** : une psychologue et une bénévole U92**Objectifs** : Acquérir des repères sur les troubles psychiques et sur les types de structures et dispositifs existants dans le département; connaître les ressources mises en place par l'Unafam pour aider les familles.**ADAPTER SA COMMUNICATION AVEC UN PROCHE SOUFFRANT DE TROUBLES BIPOLAIRES**Formation dédiée exclusivement aux familles concernées par un proche souffrant de troubles bipolaires.**Formation en 2 temps: E-learning (distanciel) en amont et 1,5 jours en présentiel.****Lieu** : Unafam 92 à Bois-Colombes. / **Animateurs** : une psychologue et une bénévole U92**Objectif** : Acquérir des connaissances sur les troubles bipolaires, exploiter le savoir expérimentiel et acquis dans le module e-learning pour expérimenter plusieurs outils et méthodes de communication dans des situations précises avec son proche malade.➤ **1ère partie** : e-learning à suivre en autonomie sur la plateforme de formation à distance de l'Unafam
www.formaidants.fr➤ **2nde partie** : Formation en présentiel animée**Horaires** : **Samedi 27 Avril** – de 14h à 17h30 & **Dimanche 28 Avril 2024** – de 9h à 17h