



**UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE
PERSONNES MALADES ET/OU HANDICAPÉES
PSYCHIQUES
Délégation de l'Essonne**

Sommaire Juillet 2025 : vos rendez-vous de rentrée, groupe de parole en visio, séjours-répits de l'été, conférences et webinaires

Le nouveau Groupe de parole en visio de septembre aura lieu principalement le lundi soir une fois/mois de 18h45 à 20h45, inscrivez-vous !

Le groupe de parole en visioconférence sera animé par une psychologue et une coordinatrice bénévole de l'Unafam

Public concerné : Ce groupe s'adresse à toute personne ayant un proche en souffrance psychique. Il est proposé aux **familles qui auraient des difficultés à se déplacer aux groupes de parole en présentiel.**

Réservés aux adhérent-es.

Vous pouvez vous inscrire dès maintenant, un entretien préalable avec un bénévole vous sera proposé pour vous en expliquer le fonctionnement.

Je m'inscris au groupe de parole en visio pour septembre, cliquer ici

Dates des cafés-rencontres de la rentrée 2025-26 : lieux d'échanges gratuits, ouverts à toutes les familles confrontées aux troubles psychiques d'un de leur proche :

- à **Crosne**, salle de réunion municipale - 22 avenue Jean Jaurès - 91560 Crosne : dates à venir
- à **Orsay**, à la Maison des associations (salle N°9), 7 avenue du Maréchal Foch - 91410 Orsay, **les samedis de 14h30 à 17h** : 13/09 - 16/10 - 15/11 - 13/12 - 17/01 - 14/02 - 14/03 - 11/04 - 16/05 - 13/06
- à **Palaiseau**, Maison des associations, 69 Rue Alexandre Néreau, 91120 Palaiseau, **les samedis de 14h30 à 16h30** : 13/09 - 18/10 - 08/11 - 13/12 - 10/01 - 07/02 - 14/03 - 11/04 - 09/05 - 13/06
- à **Savigny-sur-Orge**, 6 rue René Legros (Ancienne Perception)- 91600 Savigny-sur-Orge : **les samedis de 15h 30 à 18h** : 20/09 - 25/10 - 29/11 - 20/12 - 24/01 - 28/02 - 28/03 - 25/04 - 30/05 - 27/06

Fonctionnement des groupes de paroles 2025-26 :

Les groupes de parole sont des lieux d'expression, d'écoute et d'échanges pour parler de soi, animés par une psychologue et coordonnés par un bénévole de l'UNAFAM

Ces groupes s'adressent à toute personne ayant un proche en souffrance psychique.

Un premier entretien est nécessaire avant l'orientation vers un groupe de parole, prenez contact par e-mail à : 91@unafam.org ou par téléphone : 06 61 56 85 19.

Ils sont réservés aux personnes adhérentes à l'UNAFAM.

Notre délégation étudie le basculement progressif sur l'**Application HelloAsso pour le paiement de la contribution à la participation à un groupe de parole.**

HelloAsso est une entreprise solidaire d'utilité sociale (ESUS) française, créée en 2009. La plateforme propose des outils en ligne pour faciliter la gestion et le développement des associations en France, notamment en matière de collecte de dons, d'adhésions, d'organisation d'événements et de billetterie.

Nous vous donnerons plus d'explication début septembre pour cette possible mise en œuvre progressive.

Pensez à être à jour de votre adhésion 2025 pour participer aux groupes de paroles de la rentrée :

Pour renouveler en ligne votre adhésion, cliquez ici, d'avance merci !



L'équipe Unafam Essonne a besoin de nouveaux bénévoles !

Rejoignez-nous !

Je postule comme bénévole, cliquer ici

Réservez dès maintenant votre samedi 11 octobre 2025 de 17h à 20h pour une Assemblée Annuelle spéciale ! Avec notamment la représentation d'une pièce de théâtre «Derrière le Brouillard les maux et l'espoir» suivie d'un débat.

[Voir le reportage sur la pièce](#)

Préparez l'été avec les séjours-répits des partenaires de l'Unafam

3 places sont encore disponibles pour un séjour pour les proches aidants, du 14 au 17 septembre 2025

Pour rappel, ces parcours de 3 jours s'inscrivent dans le cadre de la politique de santé publique « Bien vieillir » il est à ce titre pris en charge par La Conférence des Financeurs de l'Essonne, l'ANCV et les aides individuelles de l'AGIRC ARRCO.

Le Clos Saint Lubin, 91750 Nainville-les-Roches

Contact : Mobile: 0678371123

Email: christopher.perrin@relaisdubienetre.com

100% PRIS EN CHARGE

Votre séjour peut être pris en charge par la plupart des caisses de retraite, ainsi que l'AMC, l'ANCV ou encore votre département, selon votre situation d'éligibilité.

N'ATTENDEZ PLUS, LES PLACES SONT LIMITEES !

06 78 37 11 44
sejours@relaisdubienetre.com
www.relaisdubienetre.com

VOS TÉMOIGNAGES

"Je n'ai eu aucune difficulté à me faire accepter par mon proche. J'ai compris l'importance de faire à son rythme et de lui laisser le temps de s'habituer à mon absence. Ce séjour a été réparateur, c'est un cadeau inestimable, une compensation de ce que j'ai fait pour lui." - M.

SCANNEZ-MOI POUR EN SAVOIR PLUS

sejour entièrement pris en charge*
*selon votre éligibilité auprès des financeurs

Réservez dès maintenant et laissez-nous prendre soin de vous !

Vous êtes un Proche Aidant ? Et si vous preniez du temps pour vous ?

PARCOURS DE PREVENTION-ACTION

Nous avons conçu pour vous des séjours de prévention : ateliers, ateliers bien-être et ateliers dans des cadres extérieurs.

Grâce à notre présence dans plus de 80 départements à travers la France, Relais du Bien Vieilli vous offre des programmes adaptés à vos besoins et à ceux de votre proche.

UN PARCOURS EN 3 ÉTAPES CONÇU POUR VOTRE BIEN-ÊTRE

Préparation
Un accompagnement personnalisé en amont pour préparer votre séjour et vous aider à trouver les solutions adaptées à votre situation.

Séjour / Suivi
3 jours / 2 nuits de séjours adaptés à vos besoins (thématiques, ateliers, ateliers bien-être, ateliers de prévention, ateliers de soutien, ateliers de suivi).

Suivi
Un accompagnement personnalisé après votre séjour pour vous aider à mettre en œuvre les solutions trouvées.

DES QUESTIONS ?

Qui a le droit de venir ?
Toute personne ayant un proche malade, souffrant ou en perte d'autonomie.

Pourquoi le séjour est-il "à titre gratuit" ?
Parce que le séjour est pris en charge par nos partenaires (ANCV, l'Essonne, l'AGIRC ARRCO) et non par vous-même. Vous pouvez ainsi profiter pleinement de ce moment de repos sans frais.

Quelle prise en charge pour votre séjour ?
Si vous êtes proche aidant, des solutions de prise en charge existent : aide à domicile, aide à l'hébergement, aide à l'accompagnement dans vos démarches.

Conférences et webinaires

Les centres experts, un levier pour améliorer la prise en charge des troubles psychiatriques sévères ?

L'Unafam 91 était invitée à la conférence organisée par l'Unafam GHU Paris et neurosciences lundi 28 avril 2025. Le professeur Baptiste Pignon, psychiatre au centre expert schizophrénie de Créteil Hôpital Henri Mondor est intervenu pour nous présenter les centres experts, créés en 2008 par la Fondation FondaMental.

A l'écoute de son auditoire tout au long de la conférence, le professeur Baptiste Pignon nous a permis de comprendre en quoi les centres experts constituaient un levier pour la prise en charge des troubles psychiatriques sévères.

54 centres-experts répartis sur le territoire national assurent le lien entre la recherche et les soins.

4 réseaux d'expertise structurent le maillage national pour prendre en charge des patients atteints de : schizophrénie, bipolarité, sépression sévère, troubles du Spectre de l'Autisme Sans Déficit Intellectuel (TSA-SDI).

L'adressage aux centres-experts est le plus souvent effectué par le médecin-psychiatre du patient mais il peut également être à l'initiative des proches-aidants ou d'un médecin généraliste. Chaque centre-expert adopte une approche pluridisciplinaire en quatre volets : diagnostique, thérapeutique, neuropsychologique (prise en compte des plaintes cognitives), psychosociales (éducation thérapeutique, prévention des rechutes dépressives, comorbidités).

Les délais d'attente d'accès au bilan des centres-experts varient dans l'espace et dans le temps mais pour la schizophrénie, il faut attendre environ 8 mois. Plus de 8000 patients ont déjà été pris en charge ce qui permet d'alimenter des banques de

données fiables et très utiles pour la recherche.

La question de la recherche de financement reste cruciale pour le fonctionnement des centres-experts car incertaine sur le long terme.

L'enjeu thérapeutique est de trouver des solutions personnalisées pour chaque patient.

[Diaporama de la conférence ici](#)



Santé mentale : « il ne faut pas banaliser ce qui est une maladie »

Comment mieux parler de santé mentale ? Mickaël Worms-Ehrminger, docteur en santé publique, évoque les enjeux d'une définition commune de la santé mentale, l'importance de la notion de « pathologique » et les biais de genre dans la considération et la prise en charge des troubles psychiques.

[A lire et écouter ici](#)



Webinaire Unafam du 12 juin 2025 : Fragilité psychique d'un jeune et troubles borderline

[Cliquez ici pour voir ce webinaire](#)

Le siège de notre délégation va être transféré à la Piscine-d'En-Face, lieu d'accueil d'associations et d'artisans à Sainte-Geneviève-des-Bois à partir de septembre. Nous gardons, bien sûr, nos accueils et groupes de paroles de Palaiseau.

Nous vous souhaitons à toutes et tous un bel été et vous donnons rendez-vous début septembre !

[Retrouvez ici les précédentes Lettres de la délégation Unafam Essonne](#)

Contribuez à la Lettre de la délégation : envoyez vos informations à 91@unafam.org avec "Pour la Lettre" en objet de votre email.

Union Nationale des Amis et Familles de Personnes Malades et/ou
handicapées Psychiques
Reconnue d'utilité publique
www.unafam.org

Unafam Essonne
E-mail : 91@unafam.org
Tél. : 06 61 56 85 19
www.unafam.org/essonne

Unafam Essonne

4 rue d'Ardenay, 91120, PALAISEAU

Cet email a été envoyé à {{contact.EMAIL}}. Vous l'avez reçu en tant qu'adhérent à l'Unafam Essonne

[Se désinscrire](#)

Envoyé avec

Brevo