

Février 2026 - Edition N°11

Activités de l'Unafam - Retour sur l'année 2025

L'année 2025 fut riche en actions pour la délégation 92 !

Accueil : près de 300 familles, sur notre ligne écoute 92 et en présentiel.

Démarrage d'un deuxième groupe de parole à Bois-Colombes en septembre 2025

Démarrage d'un nouveau groupe de parole à Meudon le 6 janvier 2026.

Organisation d'un atelier d'entraide Prospect pour les familles en décembre 2025, relancé depuis la dernière session en 2022. Un nouvel atelier est prévu en février 2026.

Depuis la nouvelle mandature démarrée le 3 décembre 2025, **21** de nos bénévoles exercent **24** mandats de représentation des usagers dans les cliniques et hôpitaux en tant que titulaires ou suppléants.

Nos bénévoles sont présents dans 4 hôpitaux publics et 9 cliniques privées.

Nous remercions chaleureusement nos bénévoles pour leur engagement.

Évènements à venir dans le 92 :

Café des Parents *Accompagner un enfant en situation de handicap*

Espace bienveillant et convivial
pour échanger sur ses ressentis et expériences avec des personnes qui
peuvent traverser les mêmes questionnements ou difficultés.

Animé par Elsa Lohier, psychologue clinicienne

Café des parents - CCAS de Bois-Colombes

 **vendredi 13 février 2026 de 17h à 18h30** ♀ **CCAS de Bois-Colombes, Salle de théâtre, 79 rue Charles Duflos, 92770 Bois-Colombes**

Le CCAS de Bois-Colombes organise un café des parents pour accompagner les parents d'enfants en situation de handicap. La session sera animée une psychologue et portera sur le thème : "Comment m'ajuster aux besoins de mon enfant ?"

L'inscription est obligatoire au 01 77 75 97 13 ou en écrivant à
contact@lelienpsy.fr / laurapuzin@lelienpsy.fr



Permanence psychologique Le Lien Psy

 **1 vendredi sur 2 hors vacances scolaires ♀ CCAS de Bois-Colombes, Salle de théâtre, 79 rue Charles Duflos , 92770 Bois-Colombes**

Le CCAS de Bois-Colombes propose un accompagnement psychologique pour les aidants afin de lutter contre l'épuisement psychique et l'isolement, assuré par Le Lien Psy.

L'inscription est obligatoire au 01 77 75 97 13 ou en écrivant à contact@lelienpsy.fr / laurapuzin@lelienpsy.fr

A la une :



Association Colina - Réunion d'information

 **Mercredi 4 février, d'autres dates disponibles ♀ En ligne**

L'association Colina organise des marches itinérantes entre avril et septembre pour des jeunes en rétablissement de troubles psychiques et leurs proches.

La proposition de l'association :

- Une semaine de marche itinérante, entre avril et septembre
- 11 propositions en France : chemins de Compostelle, Vosges, sentiers côtiers (Auvergne Rhône-Alpes, Bretagne, Bourgogne, Grand-Est, Hauts de France, Occitanie)
- Des binômes composés d'un jeune adulte en rétablissement de troubles psychiques et un proche : père, mère, frère ou sœur, ami et d'un duo d'accompagnants (groupe à chaque fois de 8 à 12 personnes)
- Des étapes d'environ 20 km par jour : un projet accessible à tous, seuls l'envie compte et un peu de préparation.

[Information et inscription sur ce lien.](#)

[Pour en savoir plus sur l'association Colina.](#)



Formation Unafam : "Comment stimuler la motivation chez un proche vivant avec des troubles psychiques ?"

 **Jeudi 5 février et d'autres dates sur le semestre, de 9h à 17h** ♀ **En présentiel (Levallois-Perret) et en distanciel:**

L'Unafam national organise une nouvelle session de formations: "Comment stimuler la motivation chez un proche vivant avec des troubles psychiques ?"

Voici les dates sur le premier semestre 2026 :

Vendredi 13 mars 2026 - Distanciel

Vendredi 21 mai 2026 - Distanciel

Jeudi 4 juin 2026 – Présentiel (siège, Levallois-Perret)

Inscription auprès de tamim.raslane@unafam.org en précisant la date choisie.



Webinaires du Céapsy Île de France

 **jeudi 5 février de 10h à 12h et jeudi 19 février de 10h à 12h**

"Rétablissement en santé mentale" - jeudi 5 février

Ce webinaire thématique permettra de donner des clés pour :

- > Découvrir le processus de rétablissement
- > Partager des pistes de réflexion pour adopter des pratiques orientées rétablissement
- > Aborder la pair-aidance comme levier de rétablissement
- > Identifier la place des proches aidants
- > Connaître les ressources et les formations sur ce thème

Lien pour s'inscrire: <https://www.ceapsy-idf.org/form/inscription-aux-webinaires-ceaps>

"Parlons parcours en santé mentale : vie sociale" - jeudi 19 février

Ce webinaire vous proposera :

- > Un premier niveau d'information sur des ressources de droit commun
- > Des ressources spécialisées en santé mentale favorisant l'accès aux activités culturelles, de loisir, de sport, d'entraide
- > D'autres ressources dont des propositions de séjours adaptés et de bénévolat inclusif
- > Un temps de question / réponses

Lien pour s'inscrire : <https://www.ceapsy-idf.org/form/inscription-aux-webinaires-ceaps>

Organisé par la délégation Unafam 78

 **Mardi 10 février 2026** ♀ **Espace Puebla - 29 rue Puebla, Maisons-Lafitte**

L'Unafam 78 organise une session de présentation du dossier MDPH animée par Roselyne Touroude, référente MDPH de l'Unafam.

Enjeux et objectifs:

L'accès aux droits à compensation est un enjeu majeur pour améliorer la qualité de vie des personnes vivant avec des troubles psychiques et de leurs familles.

La MDPH ouvre droit à des aides au service du parcours de vie de la personne en situation de handicap, lui permettant de gagner en autonomie, d'améliorer sa participation à la vie sociale, de sortir de l'isolement.

La qualité des informations transmises à la MDPH contribue à une juste évaluation des besoins de la personne, à l'élaboration des réponses à ses besoins de soutien et à l'attribution des prestations soumise à des critères réglementaires précis.

La constitution du dossier de demande est une étape clé, souvent complexe, pour les personnes vivant avec des troubles psychiques et leurs aidants.

- Pourquoi est-il important de constituer un dossier de demande de droits à la MDPH ?
- Quelles sont les différentes demandes ?
- Quelles informations fournir ?
- Qui les fournit ?
- Avec quels supports ?
- Quel est le cheminement du dossier de demande ?

Inscription à 78@unafam.org ou au 01 39 54 17 12 jusqu'à la veille de la séance.



DIRECTIVES ANTICIPÉES EN PSYCHIATRIE
PASSER DE L'INTENTION À L'ACTION

Webinaire ANAP- Directives anticipées en psychiatrie : passer de l'intention à l'action

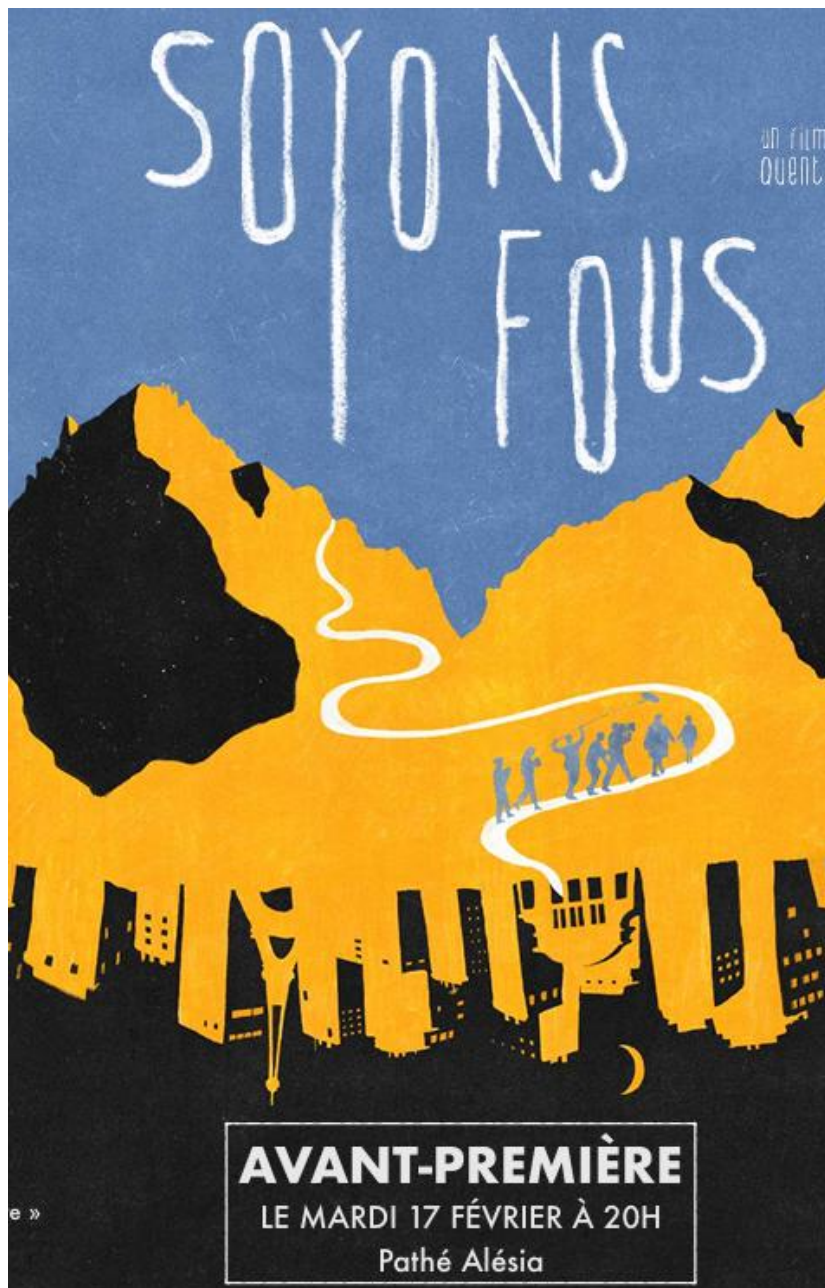
 **11 février 2026 - 13h à 14h**

Améliorez les parcours de soins et renforcez le pouvoir d'agir des personnes concernées. Pour y parvenir, les directives anticipées en psychiatrie constituent un levier essentiel à déployer.

 Au programme :

- Présentation de plusieurs outils de mesures anticipées (DAiP, Mon GPS, PCC)
- Retours d'expérience d'établissements engagés
- Facteurs clés de réussite et modalités pratiques de mise en œuvre
- Point d'actualité et recommandations de la Haute Autorité de Santé (HAS).

[Lien pour s'inscrire.](#)



Projection cinéma- "Soyons Fous" Pathé Alesia

 **mardi 17 février 2026- 20h**  **Cinéma Pathé Alésia, 73 avenue du Général Leclerc, 75014**

Après la projection du film *Soyons Fous* au Pathé Levallois en janvier, une nouvelle projection est organisée à Paris le 17 février.

"Soyons fous" est un documentaire qui suit une équipe de personnes fragilisées par des troubles psychiques se lançant dans une folle épopée : la création d'un film d'aventure. Le projet est labellisé "Grande cause nationale santé mentale".

La séance se conclura par un ciné débat, en présence de l'équipe du film.

[Le lien vers la billetterie est disponible ici.](#)



5ème rencontre sur la santé mentale "de la prise de conscience à l'action"

 **mardi 18 février prochain, de 9 heures à 12h30**  **Maison de la Chimie (Paris 7e).**

Programme :

9h00 - Table ronde // La santé mentale aux différents âges de la vie

9h50 - Focus // Les nouveaux enjeux de la santé mentale au travail

10h25 - Tour de France des solutions // Améliorer la prévention et l'accès aux soins dans les territoires

11h15 - Focus // Sommeil, sport, alimentation : l'impact de notre mode de vie

11h45 - Table-ronde // Les innovations au service de la santé mentale

[Lien pour s'inscrire ici.](#)



Réunion d'information Clubhouse Paris Ouest

 **mercredi 11 et 25 février 2026 à 14h30**  **54 rue Dantzig, 75015, Paris**

- Ces réunions sont exclusivement destinées aux personnes souhaitant se renseigner sur le fonctionnement d'un CLUBHOUSE en vue d'une éventuelle adhésion
- Elles ne sont pas ouvertes aux professionnels ni aux accompagnants
- A l'issue de la réunion d'information, les personnes intéressées se verront proposer deux demi-journées d'immersion, afin de décider si elles souhaitent devenir membres

Pour s'inscrire, écrire à parisouest@clubhousefrance.org

[Vidéo de présentation Clubhouse.](#)

La Grande Interview du Clubhouse Paris Ouest

Découvrez la Grande Interview du Clubhouse Paris Ouest, présentant les différentes activités du Clubhouse. L'entretien mentionne également l'Unafam !

[Retrouvez l'interview complète ici.](#)

Rencontres mensuelles avec d'autres familles

- Asnières - 19 février
- Fontenay - 21 février
- Saint-Cloud - 7 février, sur inscription à l'adresse: unafam.stcloud@orange.fr
- Suresnes - 2 février



Journées d'information pour les aidants à Bois-Colombes en mars :

Journée d'information sur les troubles psychiques :

7 mars 2026

[Lien d'inscription à retrouver ici.](#)

Mieux communiquer avec son proche souffrant de troubles bipolaires :

27 et 28 mars 2026

[Lien d'inscription à retrouver ici.](#)



A découvrir :



Guide de ressources pour les proches aidants en Île de France - CEAPSY

A l'occasion de la Journée des aidants en psychiatrie et santé mentale en Île de France, le Céapsy publie un "guide de ressources pour les proches aidants en Île de France". Il rassemble les dispositifs, ressources et associations existant dans la région pour accompagner les proches aidants de personnes vivant avec des troubles psychiques en Île-de-France.

[Je découvre](#)

Dispositifs d'accompagnement
et de soutien des proches
aidants



Livret : La Sentinelle des Aidants.

La Sentinelle des Aidants partage un livret regroupant des ressources sur les dispositifs d'accompagnement et de soutien des proches aidants. Vous pouvez le retrouver :

[Ici](#)

L'accueil et l'accompagnement des personnes en situation de handicap psychique

Unafam 92 publie une brochure sur l'accueil et l'accompagnement des personnes en situation de handicap psychique.

La brochure présente notamment les caractéristiques importantes du handicap psychique, et prodigue des conseils pour un meilleur accompagnement des personnes en situation de handicap psychique.

[Je découvre](#)

A bientôt !

L'équipe Unafam 92

Unafam Hauts-de-Seine

4 rue Foch - 92270 Bois-Colombes

✉ 92@unafam.org ☎ 09 62 37 87 29

www.unafam.org

www.unafam.org/hauts-de-seine

Cet email a été envoyé à 92@unafam.org, [cliquez ici pour vous désabonner](#).