

Lettre mensuelle Au cœur de l'Unafam 92



Janvier 2026 - Edition N°10

Bonne année 2026 !

Nous vous présentons nos meilleurs vœux pour 2026, pleine de joie et la plus sereine possible auprès de vos familles et amis.

Merci pour votre confiance et votre engagement à nos côtés, en espérant que cette année puisse faire progresser la cause des familles.

L'équipe UNAFAM 92



La santé mentale reconduite comme "Grande cause nationale 2026"

La santé mentale a été prolongée comme thème pour la **Grande cause nationale de l'année 2026**.

De nombreux événements sont à prévoir afin de continuer à porter un plaidoyer commun, et à faire entendre nos attentes.

En 2025, plus de 3000 évènements ont eu lieu, et plus de 900 actions ont été labellisées "Grande cause santé mentale" sur tout le territoire français.

Emmanuelle Rémond, Présidente de l'UNAFAM, appelle à "*améliorer la prévention, l'accès précoce à des soins psychiatriques de qualité, et soutenir dans leur environnement toutes les personnes confrontées à une maladie psychique afin qu'elles se rétablissent.*"

[Retrouvez le communiqué de la Présidente ci-joint.](#)

Evènements à venir dans le 92



Projection cinéma- "Soyons Fous"

mardi 20 janvier 2026- 20h **Cinéma Pathé SO OUEST, 28 rue d'Alsace, Levallois.**

"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.

Évènement Centr'aider®
Mieux informer les aidants

à Neuilly-sur-Seine

Mardi 27 janvier
De 13h30 à 17h
Théâtre des Sablons

CENTR'AIDER



Evènement Centr'aider "Mieux informer les aidants".

mardi 27 janvier 2026 de 13h30 à 17h **Théâtre des Sablons - 70 avenue du Roule, Neuilly-sur-Seine.**

Au programme :

13H30 à 14H : Accueil convivial

14H à 15H45 : Conférence Centr'aider®

- Qui sont les aidants ?
- Comment les identifier et mieux les accompagner ?
- Quels sont les droits des aidants ?
- Les jeunes aidants
- Quels sont les interlocuteurs clés ?
- Présentation des outils Centr'aider®

15H45 à 17H : Moment convivial et espace forum

Pour s'inscrire : [le lien d'inscription est à retrouver ici.](#)

A la une



Réunion d'information Profamille

 **mardi 6 janvier 2026 - 17h-19h**  **Centre ambulatoire MGEN, 18 Bd de l'hôpital Stell,
92500, Rueil-Malmaison**

Le réseau Profamille organise une réunion d'information sur le programme Profamille: groupe d'éducation thérapeutique à destination des proches de personnes concernées par les troubles de schizophrénie ou apparentés.

Pour s'inscrire, contacter le **01 85 01 64 00** ou écrire à sdias@mgen.fr



*Être grand parent,
lorsque notre enfant qui vit avec des troubles psychiques,
est devenu parent à son tour.*

Rencontre UNAFAM IDF Grands-Parents

 **jeudi 15 janvier 2026 de 14h à 16h**  **en visioconférence (lien envoyé sur inscription)**

Le groupe grands-parents UNAFAM Île de France vous propose une rencontre en Visio sur le thème de la parentalité.

"Comment soutenir la parentalité de notre enfant devenu parent ? "

Avec Mme Hélène Davtian-Valcke, psychologue clinicienne

et deux bénévoles de l'Unafam coanimateurs

Dr. Jean Laviolle, psychiatre, thérapeute familial,

et Mme Claude Tracq, grand-mère.

Pour s'inscrire écrire à grandsparents.idf@unafam.org ou à ctracq@gmail.com

Le groupe est limité à 10 personnes maximum.

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 - Le lien psy - CCAS de Bois-Colombes

 **vendredi 23 janvier 2026 de 17h à 18h30**  **CCAS de Bois-Colombes, Salle de théâtre,
79 rue Charles Duflot, 92270, Bois-Colombes.**

Le Lien Psy propose un accompagnement psychologique pour les aidants afin de lutter contre l'épuisement psychique et l'isolement. Les permanences ont lieu une fois par mois, le vendredi soir au CCAS de Bois-Colombes.

Le thème de la session du 23 janvier est: "La découverte du handicap de mon enfant".

Gratuit et ouvert à tous, inscription nécessaire au 01 77 75 97 13 - contact@lelienpsy.fr



**LE BEFORE
DE BOULOGNE**

**Un espace convivial pour
discuter des consommations
& des prises de risques**

Le Before de Boulogne - CSAPA de Boulogne

 **jeudi 29 janvier entre 17h30 et 21h**  **CSAPA- 4 rue Neuve Saint-Germain, 92100,
Boulogne-Billancourt.**

Ouverture d'un nouvel espace convivial et sans inscription à Boulogne où les jeunes de 18-25 ans peuvent venir:

- rencontrer d'autres jeunes,
- discuter de leurs expériences ou simplement se détendre,
- accéder à de l'information et du matériel de réduction des risques,
- déposer des produits pour collecte en vue d'analyse par le laboratoire ATP,
- partager des moments de jeux, d'échanges ou de réflexion, sans pression et sans jugement.

Quand ?

Un jeudi par mois, de 17h30 à 21h.

Pas d'inscription spécifique nécessaire.

Prenez la parole sur les urgences psychiatriques :

Enquête: "L'expérience des usagers face à un problème de santé urgent en Île de France" - France Assos Santé



France Assos Santé Île de France se mobilise pour identifier les points d'amélioration quant à l'accès aux soins urgents en IDF.

Objectifs: Cette nouvelle enquête permettra à la délégation régionale de FAS de signaler aux pouvoirs publics les évolutions du parcours de soins d'urgence... ou les obstacles persistants.

[**Je participe**](#)

Rencontres mensuelles avec d'autres familles

- Asnières - 15 janvier
- Fontenay - 17 janvier
- Saint-Cloud - 10 janvier, sur inscription à l'adresse: unafam.stcloud@orange.fr
- Suresnes - 5 janvier



Journées d'information pour les aidants - février 2026 :

Mieux accompagner son proche souffrant de schizophrénie :

6 février 2026 - 4 rue Foch, Bois Colombes.

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

Des places restent disponibles.



Atelier d'entraide Prospect à destination des aidants :

13, 14 et 15 février 2026 - 4 rue Foch, Bois-Colombes.

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

A découvrir :



Ligne d'écoute Psy Ile de France :

"Psy IDF" est une ligne d'écoute gratuite, ouverte 7j/7 de 11h à 19h au **01 48 00 48 00**.

Ce numéro vert est destiné à soutenir les personnes atteintes de troubles psychiques et leurs familles.

[Je découvre](#)



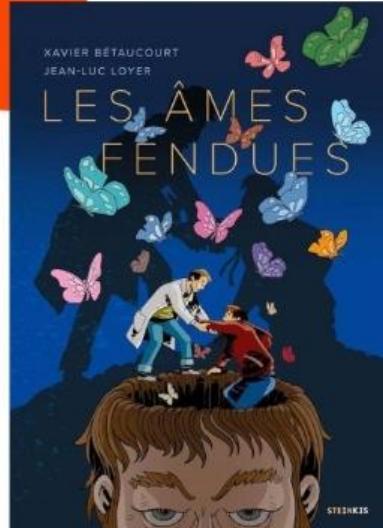
Guide de ressources pour les proches aidants en Île de France - CEAPSY

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](#)

Les Âmes fendues

Une BD de Xavier Bétaucourt illustrée par Jean-Luc Loyer



Le "livre du mois" de l'UNAFAM -Les âmes fendues de Xavier Bétaucourt et Jean-Luc Loyer

L'UNAFAM présente la bande dessinée « Les Âmes fendues », une plongée sensible et authentique dans le quotidien de la psychiatrie à l'hôpital et en CMP, près d'Angoulême.

[Je découvre](#)



Association AFTOC

L'association AFTOC accompagne les patients et les familles de personnes souffrant de troubles obsessionnels compulsifs (TOC). Pour en savoir plus sur cette association, cliquez sur le lien ci-dessous.

[Je découvre](#)

Dispositifs d'accompagnement et de soutien des proches aidants

Livret : Dispositifs d'accompagnement et de soutien des proches aidants - La Sentinel des Aidants.

La Sentinel des aidants partage un livret regroupant des ressources sur les dispositifs d'accompagnement et de soutien des proches aidants. Vous pouvez le retrouver ci-joint.

[Je découvre](#)



La Santé en action n°471: Santé mentale : comprendre les déterminants pour agir.

Santé Publique France vient de publier une revue sur la santé mentale, et les moyens d'agir pour prendre soin de sa santé mentale comme de sa santé physique.

Aujourd'hui, des visages connus – artistes, sportifs, influenceurs – partagent publiquement leurs difficultés psychiques. C'est dire le chemin accompli depuis des décennies, quand la "figure du fou" était reléguée entre les murs des hôpitaux psychiatriques ou dans le secret des familles. Ce dossier de La Santé en action apporte un éclairage sur cette évolution majeure : la santé mentale n'est plus seulement l'absence de troubles psychiques, c'est une notion plus large, qui englobe le bien-être émotionnel, psychologique et social de chacun.

[Je découvre](#)

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.

4 RUE FOCH 92270 BOIS COLOMBES FR

-