

Mars 2026 - Edition N°12

Activités de l'Unafam - Retour sur la Réunion des bénévoles du 13 février

Le **13 février** dernier nous nous sommes réunis à Bagneux pour la **première réunion des Bénévoles de 2026**.

Ce fut l'occasion de nous retrouver et d'échanger sur nos perspectives et évolutions à venir pour l'année 2026.

Nous avons pu échanger sur les priorités de la délégation pour cette année : l'accueil des familles, le recrutement de nouveaux bénévoles, la formation des aidants, et l'accompagnement des GEM du 92 dans le cadre du parrainage Unafam.

L'Unafam 92 parraine **8 Groupes d'entraide mutuelle (GEM)** qui permettent le développement d'activités à destination des personnes concernées par la maladie en vue de favoriser leur autonomie.

Nous remercions nos bénévoles pour leur soutien et leur engagement en faveur des familles.



Évènements à venir dans le 92

PERMANENCES RQTH

Reconnaissance de la Qualité de Travailleur Handicapé

 **Tous les mercredis dès 9h, sur rendez-vous. 📍 61 Jardins Boieldieu, Puteaux, 92800**

L'UD CFTC 92 vous accompagne dans vos démarches RQTH : écoute, conseils et aide personnalisée pour constituer votre dossier en toute sérénité. Permanences assurées par Chantal Laborda, référente handicap confirmée. **Pour qui ? - Salariés, conjoints, parents, enfants. Pour quoi ? :**

- Vous guider dans la démarche.
- Identifier les aides et aménagements possibles (logement, fiscalité, poste de travail).
- Vous accompagner dans la constitution du dossier.
- Obtenir un suivi après dépôt.

Sur rendez-vous uniquement, [inscription sur ce lien.](#)

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 mars 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 par 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



Ateliers collectifs en distanciel - Le Lien Psy

 **Jeudi 19 et 26 mars 2026 de 14h à 16h**  **En distanciel**

Le département des Hauts-de-Seine, en partenariat avec le Lien Psy, organise un cycle d'ateliers de soutien aux aidants.

Jeudi 19 mars : se ressourcer et se préserver

Jeudi 26 mars : être informé et sécuriser

Lien de connexion envoyé par mail après inscription à laurapuzin@lelienpsy.fr

A la une



Lancement du Conseil local de santé mentale (CLSM) de la ville de Colombes

A l'attention des adhérents habitants et habitantes de la ville de Colombes

Parlons santé mentale à Colombes !

Le premier Comité de pilotage, s'est tenu le 25 février dernier, une très bonne nouvelle. Dans le cadre de ce lancement, la ville de Colombes organise un diagnostic de santé mentale entre les mois de février et avril 2026.

Afin de mieux comprendre les besoins et les vécus en matière de bien-être et de santé mentale à Colombes, les colombiens sont invités à répondre à un questionnaire en ligne, anonyme, dans le respect du Règlement Général sur la Protection des Données (RGPD).

Le questionnaire a été envoyé aux adhérents habitant la ville de Colombes, il est également disponible [sur ce lien](#).



Webinaire du Céapsy Île de France

 **Jeudi 12 mars de 10h à 12h30**

"Retentissements des troubles psychiques, accompagnement et accès aux ressources"

Ce webinaire grand public permettra de donner des clés pour :

- > Appréhender davantage les incidences des troubles psychiques sur la vie quotidienne de la personne
- > Disposer de pistes de réflexion pour adapter votre posture professionnelle face à la souffrance psychique
- > Mieux connaître les ressources (acteurs, dispositifs, etc.) disponibles sur votre territoire et être en mesure de mobiliser votre réseau

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



Formation : Co-construction de l'intervention en Santé Mentale

 **Jeudi 12 et vendredi 13 mars 2026**  **IRTS Parmentier : 145 avenue Parmentier, Paris 10**

Programme :

Un programme unique pour les professionnels, les personnes accompagnées et les proches-aidants. La Formation pour Toutes et pour Tous sur la « Co-construction de l'intervention en Santé mentale » s'adresse aux acteurs des services d'accompagnement engagés dans le domaine du handicap psychique et de la santé mentale.

Gratuit pour les proches aidants et personnes concernées, 238 euros pour les professionnels.

Objectif:

Apprendre à dialoguer entre expertises et co-construire des interventions sociales en « triptyque » : personne accompagnée, proche-aidant et professionnel.

Information et inscription : ethebault@parmentieridf.fr - [Pour en savoir plus, cliquez ici](#).



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

 **Vendredi 13 mars de 9h à 17h** ♀ **En ligne**

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

Les dates suivantes sur le premier semestre 2026 :

Vendredi 21 mai 2026 - Distanciel

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

Le nombre de places étant limité, vous pouvez également suivre le module e-learning gratuit, disponible sur le site internet de l'Unafam.

[Plus d'informations sur le module e-learning ici.](#)


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



Association Colina - Réunion d'information

 **Lundi 16 mars à 19h** ♀ **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, seule l'envie compte et un peu de préparation.

[Information et inscription sur ce lien.](#) - [Pour en savoir plus sur l'association Colina.](#)



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

Rencontre UNAFAM IDF Grands-Parents

📅 Jeudi 26 mars 2026 de 14h à 16h ♀ en visioconférence (lien envoyé sur inscription)

Le groupe grands-parents UNAFAM Île de France vous propose une rencontre en Visioconférence sur le thème :

Comment communiquer avec nos petits enfants qui nous questionnent sur la maladie psychique de leur.s parent.s en y associant le ou les parents malades ?

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

Le groupe est limité à 10 personnes maximum.



« Vivre avec un trouble bipolaire : hier, aujourd'hui et demain »

📅 Samedi 28 mars 2026 de 9h15 à 17h30 ♀ Auditorium de la Cité des Sciences et de l'Industrie - 30 Avenue Corentin Cariou 75019 Paris ou en ligne

A l'occasion de la Journée mondiale des troubles bipolaires, l'association Argos 2001 organise une journée d'échanges autour de la thématique : « Vivre avec un trouble bipolaire : hier, aujourd'hui et demain ».

Inscription obligatoire sur ce lien, avant le 26 mars à 18h. - Lien du programme de la journée.

WEBINAIRE

Santé des aidants : tous concernés !

Mardi 7 avril 2026 à 14h



Webinaire : Santé des aidants : Tous concernés !

 **Mardi 7 avril de 14h à 15h30** -  Webinaire

La santé des aidants est aujourd'hui un enjeu de santé publique :

Épuisement, dépression, troubles musculosquelettiques, addictions, retards de diagnostic... menacent ceux qui s'engagent pour leurs proches au détriment de leur propre santé. Pourtant, des solutions existent pour prévenir l'usure, repérer les signaux d'alerte et renforcer l'information et le soutien des aidants.

En consacrant ses 9e Rencontres à la prévention santé des aidants, réunissant experts, professionnels, aidants et acteurs engagés, la Fondation Ramsay Santé invite chacun à se sentir concerné, informé et acteur du changement... car nous sommes, ou serons tous, concernés.

[Lien pour s'inscrire.](#)

Rencontres mensuelles avec d'autres familles

- Asnières - 19 mars - 16 avril
- Fontenay - 21 mars - 18 avril
- Saint-Cloud - 7 mars - 4 avril :
inscription à unafam.stcloud@orange.fr
- Suresnes - 2 mars - 6 avril



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.](#)



Appel à candidature de médecins : Devenir bénévole au sein des CDSP Île de France

L'ARS recherche des médecins psychiatres et des médecins généralistes pour participer aux Commissions Départementales de Soins psychiatriques. Ces commissions sont chargées d'examiner la situation des personnes admises en soins psychiatriques sans consentement au regard du respect des libertés individuelles et de la dignité des personnes.

Elles visitent les établissements du département, vérifient les informations figurant sur le registre de la loi, reçoivent les réclamations des patients et examinent leur situation. Elles établissent un rapport d'activité annuel. Elles peuvent demander au directeur de l'établissement de santé de lever une mesure de soins psychiatriques à la demande du directeur.

Les CDSP sont un outil de démocratie en santé important. Certaines CDSP fonctionnent sans avoir la totalité des membres prévus par la réglementation. Le présent appel vise à les compléter pour les rendre plus efficaces.

Attention: Il est nécessaire d'être inscrit en tant que médecin auprès de l'Ordre des médecins pour pouvoir être nommé dans une CDSP.

[Retrouvez les modalités de candidature et lien d'inscription ici.](#)

Plus d'informations auprès de christine.valette@ars.sante.fr

A découvrir

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](#)

4 RUE FOCH 92270 BOIS COLOMBES FR