unafam
UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES MALADES ET/OU HANDICAPÉES PSYCHIQUES
ISERE

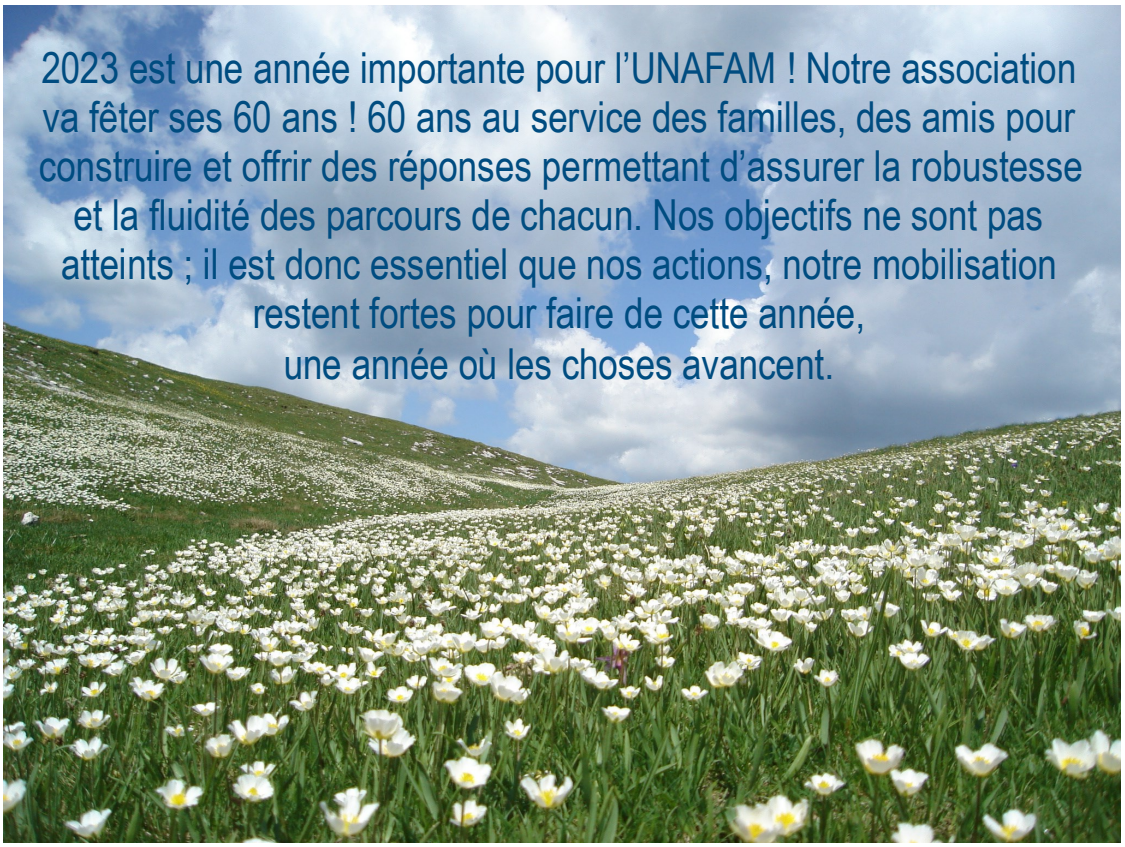
Maison des Associations
6 rue Berthe de Boissieux,
38000 Grenoble
Tél : 04 76 43 12 71
Mail : 38@unafam.org
www.unafam.org/38

ANNEE 2023

LA LETTRE DU MOIS

MARS

Chers adhérents, chers sympathisants,



Dans cette Lettre

1 **Edito**

2 **Unafam 38**
- Accueils– Conviviales

3 - Calendrier des groupes de parole

4 - Calendrier des formations Unafam

5 - Agenda du mois

Nos partenaires
- Agenda

6 - Informations

Retrouvez toutes nos informations sur le site de la délégation 38
https://www.unafam.org/38
et
Rejoignez-nous sur notre nouvelle page FACEBOOK
en cliquant sur l'icône

Ce mois de mars verra des temps importants se dérouler en Isère comme :

- **« les Journées De la Schizophrénie »** ou plutôt les journées « des » schizophrénies qui se dérouleront entre le 18 et le 25 mars

- **« la Journée Mondiale des Troubles Bipolaires »** qui se déroulera le 24 mars sur Grenoble, organisée en collaboration avec le Centre expert des troubles bipolaires du CHU.

- Dans les actions du mois, se tiendra la réunion du **Groupe de parole « frères et sœurs ».** Dans sa composition, ce groupe de paroles peut aussi accueillir **les conjoints** de personnes souffrant de troubles psychiques. N'hésitez pas à le rejoindre !

PERMANENCES D'ACCUEIL

Accueils individuels sur RV

Bassin grenoblois et Sud Isère sur RV au 04 76 43 12 71 du lundi au vendredi 9h -12h30 / 13h30 -17h

- **Grenoble**, Maison des Associations, 6 rue Berthe de Boissieux, tous **les mardis** de 17h00 à 19h00 et **les 3 premiers vendredis** du mois de 12h00 à 14h00.

Mardis 7 - 14 - 21 - 28 / 03 et Vendredis 3, 10 et 17 / 03

Pays voironnais - sur RV par SMS au 07 68 02 97 86.

- **Voiron** Accueil au 6 av. Léon et Joanny Tardy, **les lundis** de 18h à 20h,

Lundis 13 - 27 / 03

Nord-Isère - sur RV au 07 82 51 74 58

- **Bourgoin-Jallieu** Accueil , maison Diedierichs,15 place J.J. Rousseau **le 1er et 3ème jeudi du mois** de 16h00 à 18h45

Jeudis 2 et 16 / 03

- **La Tour du Pin** Accueil , impasse Romain Bouquet (près de la poste)

le 1er mercredi du mois, à partir de 16h00

Mercredi 1 / 03

Roussillon et Vienne - sur RV au 06 52 81 39 86

Permanences dans les établisssements de santé sur RV au 04 76 43 12 71

CHAI Nouvelles dates !

- **St Egrève**, **Centre Hospitalier Alpes Isère** (CHAI) Maison des Usagers (MDU)

1er jeudi de chaque mois de 17h à 19h et **1er samedi** de chaque mois de 14h à 16h

- **La Tronche** ,**Fondation Santé des Etudiants de France , 4ème lundi** par mois 14h à16h, hors vacances scolaires **(27/03, 29/05, 25/09,27/11/23)**
- **Seyssins, clinique du Dauphiné**, le 2ème jeudi du mois de 17h à 19h (sans RDV)
- **Bourgoin-Jallieu ESMPI,** Maison des usagers, le **2ème et 4ème mardi du mois** de 14h à 16h tel 07 82 51 74 58
- **Bourgoin-Jallieu CHPO** (Centre Hospitalier Pierre Oudot) , le **1er mardi du mois** de 15h à 17h tel 07 82 51 74 58

Réunions conviviales sur RV

Bassin grenoblois et Sud Isère, sur RV, inscription par mail au 38@unafam.org

- **Grenoble**, Maison des associations, le 1er lundi du mois de 17h à 19h

Lundi 6 / 03

Pays voironnais - sur RV, inscription par **SMS** au 07 68 02 97 86.

- **Voiron,** 6 av. Léon et Joanny Tardy, le **1er lundi du mois** de 18h à 20h ***en présentiel***

Lundi 6 / 03

Planning des groupes de parole pour les aidants

Pour plus d'informations ou pour vous inscrire
contactez la délégation au 04 76 43 12 71 ou 38@unafam.org

GROUPES DE PAROLE

Il reste des places dans les groupes de parole. Profitez-en !

Nous vous proposons différents groupes de parole pour 2023 : ils auront lieu 1 fois par mois pour une durée de 10 séances et seront animés par une psychologue clinicienne et une référente Unafam. Pour plus d'informations cliquez sur ce lien

Grenoble

- **Groupe de Parole familles** mardi de 18h45 à 20h15
- **Groupe de Parole frères, sœurs et conjoints** mercredi de 18h30 à 20h
- **Groupe de Parole grands-parents** mardi de 18h15 à 19h45

Pour les territoires éloignés : en visio

- **Groupe de Parole familles** jeudi de 18h à 19h30

Voiron

- **Groupe de Parole familles** 3ème lundi de 18h à 19h30

Bourgoin-Jallieu

- **Groupe de Parole familles** lundi de 19h à 20h30

Vienne

- **Groupe de Parole familles** 1er mercredi de 18h30 à 20h

Pour vous inscrire contactez la délégation (coordonnées ci-dessus)

Centre de Documentation et d'information

Rencontres du CDI

Le Centre de Documentation et d'Informations est ouvert tous les 2ème jeudi du mois de 17h30 à 19h30 à la Maison des Associations de Grenoble et vous propose :

Livres, périodiques, documentation : depuis plus de 10 ans à Grenoble, consultations, prêts et échanges autour d'un livre entre adhérents.

Les Rencontres familles : depuis 2019, le CDI organise et anime en direction des familles de l'Isère des rencontres mensuelles en présentiel et / ou en distanciel, autour d'une problématique les concernant en tant qu'aidants et en les informant en particulier sur les prises de position, les actions voire les solutions proposées par l'Unafam

.

Planning des formations pour les aidants

Pour plus d'informations ou pour vous inscrire
contactez la délégation au 04 76 43 12 71 ou 38@unafam.org

FORMATIONS 2023

MARS	**Atelier d'entraide PROSPECT** - Samedis 4, 11 et dimanche 12 Mars	Grenoble
	Journée d'information sur les troubles psychiques - Samedi 25 mars	Mens
AVRIL	**Atelier d'entraide PROSPECT** - Vendredi 31 mars, Samedi 1er Dimanche 2 avril	Bourgoin
JUIN	**Journée d'information sur les troubles psychiques** - Samedi 3 juin	Grenoble
	Mieux accompagner un proche souffrant de schizophrénie - Samedi 10 juin	Bourgoin
	Mieux Communiquer avec son proche bipolaire - Samedis 24 juin et 16/09 Afin de bénéficier pleinement de ces journées, il est recommandé de suivre en amont le module e-learning "Adapter sa communication avec un proche souffrant de troubles bipolaires " disponible gratuitement sur notre plateforme Form'aid@nts.	Grenoble
	PROFAMILLE, **Inscription** obligatoire fin Juin / pour démarrer en Septembre	Grenoble
OCTOBRE	**Journée d'information sur la dépression résistante** - Vendredi 6 octobre Afin de bénéficier pleinement de cette journée, il est recommandé de suivre en amont le module e-learning "Dépression sévère, dépression résistante" disponible gratuitement sur notre plateforme Form'aid@nts.	Grenoble
	Journée d'information sur les troubles psychiques - Samedi 14 octobre	Voiron
	Mieux accompagner un proche souffrant de schizophrénie - Samedi 21 octobre	Grenoble
NOVEMBRE	**Journée d'information sur les troubles psychiques** - Samedi 25 novembre	Vienne
	Journée Troubles du Comportement de l'enfant et de l'adolescent - novembre	Grenoble

Agenda de l'Unafam

Mercredi 1er mars à Grenoble à 18h30

1ère rencontre du groupe de paroles frères-sœurs et conjoints de personnes concernées - souffrant de troubles psychiques.

Les groupes de paroles sont des lieux où la parole sur vos vécus, vos inquiétudes, vos doutes, mais aussi vos espoirs, peuvent s'exprimer et se partager en toute **bienveillance et protection,** grâce à l'animation par un binôme psychologue et référent Unafam.

Il s'agit d'un lieu ressource primordial **entre pairs**, où l'on s'épaule et où l'on apprend les uns des autres.

Les groupes de parole fonctionnent mensuellement sur 10 séances jusqu'à décembre et les participants s'engagent pour une participation régulière de 10 séances annuelles.

Pour vous inscrire contactez la délégation au 04 76 43 12 71 ou 38@unafam.org

Samedi 25 mars à Mens de 9h à 17h

L'Unafam propose une **Journée d'information sur les troubles psychiques** destinée à toute personne concernée par la maladie d'un proche souffrant de troubles psychiques et désireuse de mieux comprendre la maladie et les structures existantes sur le département.
Cette journée est gratuite avec une inscription obligatoire.

Afin de bénéficier pleinement de cette journée, il est recommandé de suivre en amont le module e-learning "Les troubles psychiques : des clés pour comprendre" disponible gratuitement sur notre plateforme Form'aid@nts.

Pour plus d'informations cliquez ici , pour consulter le flyer et pour vous inscrire contactez la délégation au 04 76 43 12 71 ou 38@unafam.org

Agenda de nos partenaires

Vendredi 3 mars à 12h30, webinaire

HandiRéseaux et le Planning familial vous propose une présentation, suivie d'un temps d'échange, du **nouveau centre ressources régional sur la vie intime, affective, sexuelle et l'accompagnement à la parentalité des personnes en situation de handicap.** Dispositif financé par l'ARS, le centre ressources Intimagir a pour missions de promouvoir de façon positive l'intimité et le corps ; l'autonomie relationnelle, affective et sexuelle ; le soutien à la parentalité de toutes les personnes en situation de handicap ; et de lutter contre les violences dan s les relations.

Plus d'informations en cliquant sur ce lien

Vendredi 3 mars de 14h à 16h, Café de la Chimère Citoyenne,12 r Voltaire à Grenoble

Folazil vous invite à un atelier de Haïku. Venez lire et écrire des Haïkus !

Inscription par sms au 06 75 69 42 15 tarif :10€/pers

Lundi 6 mars 19h à 21h en visio

3ème conférence autisme, une approche innovante : Handicap ou différence, l'évolution des représentations sociales . *(Tarif unique : 10 €)*

Plus d'informations et inscription en cliquant ici

Samedis 18 au 25 mars en visio

Les Journées De la Schizophrénie (JDS) en plus de célébrer leur 20 ans, organisent 90 événements notamment en France, Suisse, Belgique, Canada et Maroc pour déstigmatiser les troubles psychiques, par exemple la schizophrénie et la bipolarité, tout en déconstruisant les fausses idées qui les caractérisent.

Vous retrouverez très prochainement tout le programme en cliquant ici

Vendredi 24 mars au CHUGA de Grenoble

A l'occasion de la **Journée Mondiale des Troubles Bipolaires,** le **Centre Expert des Troubles Bipolaires** du CHU Grenoble et des Alpes vous invite à des conférences portant sur ***l'inné et l'acquis dans les troubles bipolaires.***
Cette journée, qui a pour but d'informer le public sur les troubles bipolaires, de favoriser la prévention et les diagnostics précoces et de combattre la stigmatisation, a lieu tous les ans le 30/03 à la date anniversaire de Vincent Van Gogh.

Plus d'informations prochainement sur notre page Facebook

Jeudi 30 mars à 12h30 de 9h30 à 15h à Estrablin

Le **Centre Messidor** vous invite à sa **Journée Portes ouvertes.**

Plus d'informations : 04 74 31 75 30 estrablin@messidor.asso.fr

Informations

Deuxième édition du rapport annuel d'APF France Handicap sur l'accès aux droits des personnes en situation de handicap.
L'enseignement majeur de ce second rapport est la persistance des problématiques relatives aux allocations et prestations en matière de ressources (AAH, pension d'invalidité, retraite) et de compensation (PCH).

Pour accéder à l'Observatoire des Droits 2023 cliquez sur ce lien