

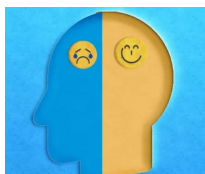
**Sommaire Avril 2023** : Actualités de la délégation et de ses partenaires, planning des groupes de rencontres, documentaires et témoignages en replay, le point sur la recherche, le livre du mois, salon emploi

## Actualités de la délégation

- **Nouvelle page Promenades Nature, Urbaine, Culture :**  
Venez une fois par mois seul(e) ou accompagné de vos proches vous joindre à nos promenades qui permettent de bons moments d'évasion et d'échanges.  
La programmation variée propose de découvrir Paris et le sud de l'île de France en semaine ou le week-end.  
**Le planning 2023 est désormais mis à jour dans cette nouvelle page du site**
- **Prochaine promenade Nature en Essonne :**  
"Site géologique d'Auvers St Georges", samedi 13 mai - [Informations ici](#)
- **Les Cafés-rencontres, mise à jour des dates du 1<sup>e</sup> semestre 2023 en cliquant ici**
- **Les groupes de parole, mise à jour des dates du 1<sup>e</sup> semestre 2023 en cliquant ici**
- **Groupe grands-parents Unafam Ile-de-France : [accédez au planning des réunions en 2023 en cliquant ici](#)**
- **Espace Frères-Sœurs : [accédez à la mise à jour du planning des réunions et modalités d'inscriptions en 2023 en cliquant ici](#)**

## Actualités partenaires

- **GEM Le Café Curieux : Soirée jeux de sociétés animée par un professionnel Wilfrid Bourdin (Wilbox) : lundi 24 avril à partir de 18h au 2 bis rue Colas à Morsang-sur-Orge - Place à réserver au 01 69 04 21 59**
- **Calendrier des GEM (Groupe d'Entraide Mutuelle) de l'Essonne :**  
[les plannings des GEM d'Intersection sont mis en ligne tous les débuts de mois sur le site d'Intersection ici](#)
- **La délégation Unafam du Val-de-Marne propose :**  
Une journée d'information : "Mieux accompagner un proche souffrant de schizophrénie" - **samedi 13 mai de 9h30 à 17h** - à Créteil, 15 Rue Viet (métro : Maisons-Alfort Les Juilliottes) :  
Cette journée sera animée par une psychologue et une bénévole de la délégation. Elle permettra de mieux comprendre les troubles schizophréniques et l'impact qu'ils ont dans la vie quotidienne des personnes malades et de leurs proches. Elle est ouverte à tous (sauf aux professionnels).  
**Inscription obligatoire** : par téléphone au 01 41 78 36 90 ou par e-mail à [94@unafam.org](mailto:94@unafam.org)
- **La délégation Unafam de Paris a encore des places pour :**
  - une journée sur les troubles psychiques le dimanche 14 mai
  - une journée sur la dépression résistante le samedi 3 juin**Inscription obligatoire** : par téléphone au : 01 45 20 63 13 ou par e-mail à [75@unafam.org](mailto:75@unafam.org)



### Emission France Inter : « Troubles bipolaires : le désespoir des patients, l'espoir des médecins »

« Des avancées scientifiques récentes permettent de mieux diagnostiquer la bipolarité et donc de mieux la soigner. Un véritable espoir pour les patients et les médecins.

Deux états extrêmes, deux émotions d'une intensité démesurée : un bonheur outrancier ou une tristesse abyssale. C'est le quotidien de ceux qui souffrent de troubles bipolaires. Cette maladie psychique touche environ un million de personnes en France, 40 millions à travers le monde. L'OMS la classe au 6<sup>e</sup> rang des handicaps. »

« Il y a entre autres un témoignage de mon mari qui formalise parfaitement son vécu (un bon exemple de rétablissement) et mon témoignage suit. Les apports de Fondamental et de Marion Leboyer sont très intéressants. » Françoise, une adhérente et bénévole de l'Unafam Essonne

**[A ECOUTER ici](#)**

**Documentaire : « Nos folies ordinaires » diffusé le 22/03/23 sur France 2, disponible en replay jusqu'au**



30/07/23

« Hana, Maximilien, Arnaud et Imelda souffrent tous d'un trouble psychique : schizophrénie, bipolarité, dépression grave ou encore trouble borderline. Ils ont accepté de raconter leur quotidien à visage découvert dans l'espoir de combattre les discriminations et l'ignorance. Ils sont fatigués de se cacher et veulent montrer leur réalité. Souffrant de troubles psychiques plus ou moins handicapants, ils ont dû affronter les mêmes galères, la même errance de diagnostic et les mêmes discriminations. Comment parviennent-ils à sortir de ce cercle infernal ? Comment ont-ils repris le pouvoir sur leur vie ? »

Réalisé par : Adèle Flaux, Jérémy Frey

**[VOIR en replay ici](#)**

### Podcast : « Sur un arbre perché : SCHIZOPHRENIE, PAIR-AIDANCE » - Les Maux bleus, dire la santé mentale



« Les troubles schizophréniques sont l'archétype des troubles psychiques stigmatisés. On en a tellement dénaturé le nom que les médias l'utilisent la plupart du temps pour désigner tout autre chose. Ils touchent environ 1% de la population, soit environ 600 000 personnes en France. Loin des clichés véhiculés dans les films d'horreur, les schizophrénies sont des troubles complexes qui peuvent revêtir de nombreuses apparences, allant des hallucinations et idées délirantes au retrait social et à la perte du plaisir, en passant par des difficultés cognitives. On est loin de l'image du schizophrène tueur en série. Je reçois aujourd'hui Lucille, une jeune femme souffrant de troubles schizophréniques, qui, en tant que médiatrice de santé paire, accompagne d'autres personnes après leur diagnostic. Elle s'engage aussi pour l'inclusion des personnes avec un trouble psychique avec son association La Maison Perchée. »

**[PODCAST A ECOUTER ici](#)**

## La recherche

- **Journée mondiale des troubles bipolaires 2023 :**

A l'occasion de la 9ème Journée Mondiale des Troubles Bipolaires (JMTB), la Fondation FondaMental, avec le soutien d'Argos 2001, présente la [nouvelle édition de son livre numérique Troubles Bipolaires : les progrès de la recherche, à télécharger ici](#)

[Cliquez ici pour voir le replay de la conférence de presse de Marion Leboyer, Directrice générale de la Fondation FondaMental](#)

- **Journée "La psychiatrie en Île-de-France : quels outils au service des familles ?"**

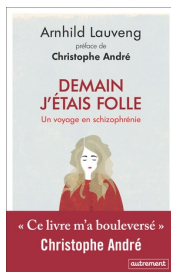
L'ARS IDF, le Cluster Profamille Île-de-France du Réseau Profamille, Santé Mentale France et l'Unafam organisent, le 31 mai 2023, la première journée régionale d'échanges et de partage autour de l'accompagnement des familles par la psychoéducation et le soutien par des pairs, à destination des professionnels et des familles.

**Date : mercredi 31 mai 2023 de 8h30 à 17h**

**Lieu :** Ministère de la santé et de la prévention - Salle Pierre Laroque 14 avenue Duquesne 75007 PARIS

**[Informations et inscription ici](#)**

## Le livre du mois



« **Demain j'étais folle** » **Arnhild Lauveng. Un livre témoignage.**

Arnhild Lauveng est atteinte de schizophrénie, avec des symptômes importants et un pronostic très négatif. Pourtant, elle est aujourd'hui « guérie ».

Ce témoignage est un vivant plaidoyer pour les valeurs défendues par l'UNAFAM : Une personne malade reste d'abord une personne, qui perçoit le mépris, comme les encouragements.

A. Lauveng décrit des soignants débordés, qui oublient la personne derrière les symptômes, et ceux qui vont l'aider à garder l'espoir ; elle plaide pour la prise en compte de la personne malade, pour le respect de sa parole, de son ressenti et nous rappelle qu'au plus profond de sa souffrance, elle est sensible aux encouragements constants de sa mère et de sa sœur.

N'ajoutons pas de l'incompréhension à la souffrance de nos proches... un livre à recommander à tous les aidants.

**[« Demain j'étais folle - Un voyage en schizophrénie » - Edition Autrement](#)**

## Emploi

Le salon Hello Handicap aura lieu du 18 au 21 Avril 2023 pour faciliter le [recrutement des travailleurs handicapés, informations ici](#).

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

