

Edition N°4

Au cœur de l'Unafam 92

Juin 2025

La santé mentale sur M6 : briser le tabou, ensemble

Le 6 mai dernier, M6 a consacré une soirée spéciale à la santé mentale avec une série de documentaires puissants. Le film « **Santé mentale, briser le tabou** » a donné la parole à des personnalités comme Yannick Noah, Orelsan, Michèle Bernier ou Camille Lacourt, ainsi qu'à des anonymes, tous témoins de troubles tels que la dépression, les TOC ou la schizophrénie.

La soirée s'est poursuivie avec deux documentaires : « **Nos ados en danger** », sur la détresse psychique des jeunes, et « **Leur combat pour une vie normale** », qui éclaire les parcours de vie malgré la maladie.

Ce travail de sensibilisation médiatique fait écho aux combats portés par l'**Unafam** : briser les préjugés, soutenir les proches, et défendre les droits des personnes vivant avec un trouble psychique.

📺 **Pour voir ou revoir l'émission, cliquez ici.**

Evènements à venir



Balade conviviale Suresnes

Balade conviviale au parc de Bagatelle - 3 Juin - 10h30

Départ sur le trottoir du Pont de Suresnes

Découvrez la beauté des fleurs du jardin... Les marches conviviales organisées par nos bénévoles sont de véritables moments de partage. Elles permettent de créer du lien et d'échanger. **Marcher en groupe, c'est aussi entretenir sa santé et rompre l'isolement.**

Pour plus d'information et/ou **précisez votre présence**, envoyez un email à nos bénévoles sur cette adresse : benevolecg.u92@orange.fr - Entrée du parc : 2,70€

Conseil : bonnes chaussures, eau et en-cas



Conférence-débat Fontenay-aux-Roses Le 11 juin

Conférence-débat : mieux comprendre le TDAH, en partenariat avec l'association JOKER - 11 juin - Accueil public à 18h, début du débat 18h30 - Gratuit

Hôtel de Ville, salle des mariages - 75 rue Boucicaut - Fontenay-aux-Roses

Cet événement ouvert à tous vise à **mieux faire connaître le TDAH**, à **favoriser l'échange entre familles, professionnels et citoyens**, et à **répondre aux questions** que suscite ce trouble souvent mal compris.

✍ Des intervenants spécialisés seront présents pour partager leurs éclairages et leurs expériences, avec un temps prévu pour les échanges avec le public.

Places limitées - Inscription obligatoire par téléphone : 01 41 13 20 72 ou 01 41 13 20 75

L'association Joker a pour objectif de construire au quotidien une dynamique d'épanouissement et de progrès pour les enfants en situation de handicap, leurs parents, et leur entourage.



À Levallois-Perret Le 27 juin

Psycyclette Unafam revient du 20 au 27 juin 2025 – 14h-16h - Une aventure sportive et humaine

Le 27 juin venez accueillir, encourager et féliciter les équipes à l'arrivée sur le parvis de l'hôtel de ville à Levallois.

Une édition symbolique et labellisée dans le cadre de la Grande cause nationale 2025 pour la santé mentale, cette édition de Psycyclette prend une résonance toute particulière. Elle incarne pleinement l'ambition de redonner toute leur place aux personnes concernées par les troubles psychiques dans l'espace public, dans le sport, et plus largement dans la société.

« En cette année, Grande cause nationale pour la Santé mentale, Psycyclette prend tout son sens : inviter des usagers de la psychiatrie à pratiquer un sport loisir, à partager des moments de rencontres, à montrer à la société qu'ils ne méritent pas la stigmatisation dont ils sont victimes, tels sont les messages portés par les patients eux-mêmes. Ecoutez-les et venez découvrir des citoyens enthousiastes, courageux et plein d'entrain, bien loin des clichés habituels et erronés. Psycyclette, un démenti aux idées reçues sur les malades psychiques ! ». » *Michel Lacan, bénévole Unafam, fondateur de Psycyclette*



12 juin 2025

Prochain Webinaire Unafam à destination des parents de jeunes en difficulté le jeudi 12 juin de 18h30 à 20h sur Zoom sur le thème « Fragilité psychique d'un jeune et troubles borderline ». Deux intervenants :

- Dr Clémentine ESTRIC, psychiatrie au CHU de Nîmes et coordinatrice HYPE-France
- Hayden, jeune en voie de rétablissement

Lien d'inscription : https://us02web.zoom.us/webinar/register/WN_G8enHGJWQYidy33-wUlrWA

A la une



Retour sur la rencontre territoriale sur la psychiatrie : une matinée d'écoute et de dialogue avec les soignants

"Aller vers tous les publics, à tous les âges de la vie"

Le 15 mai, l'ARS et le GHT PSY SUD Paris ont réuni les élus du département autour de la prise en charge psychiatrique dans les territoires Sud et Centre du 92. Les échanges ont permis d'écouter les professionnels de terrain et de partager des initiatives concrètes à tous les âges de la vie.

L'**Unafam 92** était représentée par **Christine Tabaracci, déléguée départementale, et Michel Cortial, Président de la Commission des Usagers de l'EPS Erasme (Antony)**, qui ont porté la voix des familles, soulignant l'importance de l'accompagnement des proches. Ce temps de dialogue a été l'occasion de faire émerger des pistes d'amélioration pour une psychiatrie plus accessible et humaine.



Candidature avant
Le 29 juin

Engagez-vous à nos côtés, et devenez bénévole et représentant des usagers dans les hôpitaux et cliniques dans le 92 !

Nous cherchons 2 candidats pour l'Hôpital Erasme à Antony pour siéger à la commission des usagers de l'établissement environ 4 fois par an.

Qu'est-ce qu'un représentant des usagers ?

Ils assurent la représentation des personnes malades et des usagers du système de santé dans les instances hospitalières ou de santé publique. Ils sont forces de proposition pour tout ce qui touche à la qualité de la prise en charge : le RU est le porteur de la parole des usagers du système de santé, garant du respect de leurs droits et de leurs intérêts. Il siège dans les instances et commissions au sein desquelles il est mandaté et est membre d'une association d'usagers du système de santé agréée. **Plus d'information sur [ce lien](#).**

Si vous êtes intéressés pour rejoindre l'équipe des bénévoles, contactez-nous :

92@unafam.org

A découvrir

Mieux accompagner les personnes sous protection juridique

La Haute Autorité de Santé (HAS) publie une nouvelle recommandation pour aider les professionnels et l'entourage à mieux accompagner les personnes bénéficiant d'une mesure de protection juridique. L'objectif ? Respecter leurs droits, encourager leur autonomie, et les soutenir vers un parcours de vie plus inclusif.

Cette note s'adresse aux mandataires, travailleurs sociaux, soignants et proches aidants, avec un message fort : **chaque personne protégée doit rester actrice de sa vie, autant que possible.**

👉 **À découvrir sur le site de la HAS : [lire la recommandation](#)**

BD spéciales vie affective

Avec l'arrivée de cette nouvelle saison, **SantéBD propose deux nouvelles bandes dessinées spécialement dédiées aux sentiments et aux émotions** pour aider à :

- Comprendre et identifier ses émotions (joie, tristesse, colère, peur, dégoût...).
- Apprendre à exprimer ses émotions et mieux comprendre celles des autres.
- Reconnaître ce que l'on ressent pour ses proches (amour familial, amitié, amour...).
- Trouver des solutions pour se sentir mieux si une émotion est difficile à vivre.

👉 Y accéder via les liens ci-dessous :

- **"Mes sentiments : amour et amitié"** : avec un langage facile à lire et à comprendre (FALC) et des dessins, que sont les sentiments affectueux : amour familial, amitié et amour.
- **"Mes émotions"** : comment les reconnaître et les gérer.

Découvrez toutes les autres **BD sur la vie affective** sur [ce lien](#).

Formations en ligne de l'Unafam ouvertes à tous !

L'UNAFAM propose des **formations en ligne gratuites**, accessibles à tous, pour vous aider à mieux comprendre la maladie et votre rôle

En savoir plus : <https://formaidants.fr/> - https://youtu.be/Ggmyzb_aCGw

Les émotions, un défi aussi pour l'entourage : le vécu des frères et sœurs face à la maladie psychique

Sur la chaîne Youtube **[Y'a un truc qui va pas](#)**, un des épisodes explore les montagnes russes émotionnelles vécues par les frères et sœurs des proches confrontés à des troubles psychiques. À travers des témoignages poignants, il met en lumière la complexité de ces émotions : de la culpabilité à la colère, en passant par la tristesse et la peur. Les participants partagent leurs expériences de manière authentique, offrant un aperçu précieux des défis émotionnels liés à la fratrie dans ce contexte. 👉 **[Regarder la vidéo](#)**

L'ARS Île-de-France organise une journée régionale « **Pour des droits plus effectifs et moins de contrainte en psychiatrie – comment avancer ensemble en Ile-de-France ?** », qui se déroulera le **lundi 16 juin 2025 de 8h30 à 16h30, au Campus Condorcet** (centre de colloques, Auditorium 250 - Place du Front Populaire, Aubervilliers).

Les places étant limitées, **les inscriptions sont obligatoires**. Vous trouverez ci-joint le lien d'inscription :

[Inscription à la journée régionale "Pour des droits plus effectifs et moins de contrainte en psychiatrie - comment avancer ensemble en Ile-de-France ?" \(16 juin 2025\) | Framaforms.org](#)

Rencontre mensuelle avec d'autres familles

Asnières - 19 juin > Changement de salle : **Salon de réception du CAS, 14 rue des Parisiens, Asnières**

Fontenay - 21 juin

Saint-Cloud - 14 juin > Sur inscription : unafam.saintcloud@orange.fr

Suresnes - 2 juin

Aucune date n'est prévue en juillet et août. Nous vous communiquerons très prochainement les dates de septembre.

Réunion des nouveaux adhérents de l'année : 14 juin - 10h à 12h30 - Bois-Colombes

Rencontre annuelle des adhérents : 20 septembre - Nanterre Université

Le 12 juin de 14h à 16h : Rencontre Grands-parents Unafam IDF en Visio, le thème : **Après une hospitalisation, comment permettre au parent de reprendre sa place ?** Merci de vous inscrire pour le lien visio : grands-parents.idf@unafam.org

A bientôt !

L'équipe Unafam 92