

Flash n°7 Juillet-Août 2025

Bonjour à tous,

La rentrée de septembre est déjà là. Nous espérons que vous et vos proches, vous avez pu trouver du repos pendant cette période estivale.

Suite à une rencontre avec le Maire de Mayet, nous allons tenir une permanence sur ce territoire. Une présentation de nos actions sera faite aux professionnels du territoire. Le 10 septembre, jour de notre première permanence, une conférence de presse sera organisée.

Activités ACCUEIL

Vous pouvez prendre rendez-vous au 02 43 40 44 53 pour être accueilli :

- Au Mans au 8 rue du Pont, de préférence le lundi après-midi.
- A la Ferté Bernard, le jeudi 16 octobre.
- A la Flèche, nous pouvons vous accueillir sur rendez-vous dans un local mis à notre disposition. Ces accueils ont lieu 3 jeudis matin par mois et le 1er lundi du mois l'après-midi.
- A Montval, au rez-de-chaussée de la maison de santé pluridisciplinaire, 1 rue Henri Dunant de 9h à 12h et de 14h à 17h. Accueil individuel sur Rendez-vous le 2ème vendredi de chaque mois à partir du 12 septembre.

Par ailleurs une permanence est assurée :

- A Montval à la Maison de Santé le 2ème mardi de chaque mois de 9h à 12h et de 14h à 17h.
- A Mayet à la maison médicale le 2ème mercredi de chaque mois impair de 9h à 12h et de 14h à 17h à partir du 10 septembre.
- A l'EPSM d'Allonnes, le 3ème mercredi des mois impairs, une permanence est assurée par des membres de l'Association Plénitude qui relie des personnes en souffrance psychique, mais stabilisées.

Groupe de parole d'aidants et groupe de parole d'usagers

En présence d'un psychologue et d'un bénévole, ces groupes dits « fermés » peuvent intégrer des personnes au fur et à mesure que des places viennent à se libérer. Les personnes inscrites sont contactées avant chaque séance.

- **Groupes de parole parents Le Mans :**
2 groupes de parole ont lieu une fois par mois au 8, rue du Pont Le Mans. L'un le lundi, l'autre le mercredi, de 18h à 20h.
- **Groupe de parole parents Sud Sarthe à La Flèche :**
Un vendredi chaque mois de 14h30 à 16h30.

- **Groupe de parole conjoints et enfants de personnes en souffrance psychique :**

Un lundi par mois au 8, rue du Pont Le Mans, de 18h à 20h. Groupe de parole de parents de jeunes et adolescents :

Un mercredi par mois au 8, rue du Pont Le Mans, de 18h à 20h.

- **Groupe d'entraide de parents :**

Un mercredi par mois au 8, rue du Pont Le Mans, de 15h à 17h.

Ce groupe rassemble des personnes qui ont acquis plus de recul par rapport à la maladie. Elles se réunissent sans la présence d'un psychologue.

- **Café-rencontre :**

Au 8, rue du Pont Le Mans. Le samedi 13 septembre de 10h à 12h.

Ce café-rencontre permet un échange entre les nouvelles personnes accueillies. Il est animé par deux bénévoles. C'est pour ces personnes l'occasion d'échanger sur leur expérience d'aidants.

- **Groupe de parole « Vie Psychique et citoyenneté » pour les personnes avec une fragilité psychique :**

De 14h30 à 16h, dans les locaux de l'ADGESTI, 24 rue Albert Einstein à la Chapelle St Aubin avec une psychologue les vendredis 5 septembre, 3 octobre, le 7 novembre, le 5 décembre.

Merci de prendre contact avec David Grassin

au 02 43 39 58 36 de 9h à 12h

ou écrire à : d.grassin@adgesti.fr

INFORMATION ET FORMATION DES AIDANTS

Journée d'information sur les troubles psychiques

Cette journée permet de mieux appréhender les troubles psychiques (*manifestations, prises en charge, structures, ...*), tout en échangeant avec des personnes vivants ces mêmes difficultés

Date : samedi 27 septembre

Formation-atelier « Entraide Prospect »

Cet atelier, sur 3 jours, est conçu pour apprendre à faire face, dans la durée, à la maladie psychique d'un proche.

Dates : Samedi 22 novembre, samedi 29 et dimanche 30 novembre

Toutes ces journées sont gratuites pour les participants avec prise en charge par l'UNAFAM du repas partagé le midi.

L'inscription est obligatoire, le nombre de participants est limité. Il n'est pas nécessaire d'être adhérent.

Les journées sont animées par un professionnel et une bénévole UNAFAM (sauf l'atelier d'entraide qui est de pair à pair).

Pour plus de renseignements, contact de la délégation de la Sarthe au 02 43 40 44 53 ou par mail à l'adresse formation.unafam72@gmail.com.

Plus de détails sur les formations sur le site www.unafam.org et www.unafam.org/sarthe .

Des modules de formations en e-learning sont disponibles sur le site <http://formaidants.fr>.

DESTIGMATISATION

7 juillet : action de sensibilisation du personnel de la mairie du Mans

Cette matinée de sensibilisation s'adressait aux conseillers numériques de la ville du Mans.

28 août : Enregistrement radio RCF Sarthe

Nos bénévoles chargés de la communication ont une liste de 5 thèmes d'émissions pour cette saison :

- Les SISM - Semaines d'information sur la santé mentale, l'accueil et les groupes de parole, nos programmes de formation pour les aidants et nos actions de sensibilisation.

Intervention au Centre Social de Bonnétable le 25 septembre

Pour la 2ème fois, nous interviendrons auprès des personnels du Centre Communal d'Action Social de Bonnétable.

Samedi 6 septembre : Forum des associations Destin'ASSO à Montval-sur-Loir

De 13h30 à 17h30, nous pourrons rencontrer le public lors de cette manifestation de rentrée sur l'espace des Paumons de Château du Loir (gymnases du COSEC et d'ORION).

Samedi 6 septembre : Forum des Associations à Changé

Ce forum aura lieu autour du complexe sportif de l'Auneau, rue Louise Michel de 14h à 18h.

Samedi 6 septembre : Forum des Associations à La Flèche

Ce forum aura lieu au Complexe de La Monnerie de 10h à 17h.

Samedi 13 septembre : stand UNAFAM à la fête de la jeunesse de Mansigné

De 18h30 à 21h30, dans le cadre du Contrat Local de Santé de la communauté de communes Sud Sarthe, nous tiendrons un stand à Mansigné afin de promouvoir la santé mentale.

Samedi 27 septembre : stand UNAFAM Village Santé à Nogent Le Bernard

Nous serons présents au Village Santé de 14h à 18h organisé dans le cadre d'une action pilotée par La Communauté de Communes et la MSA. à la salle Le Petit Nogent.

Du 6 au 19 Octobre : SISM 2025 : « Pour notre santé mentale, réparons le lien social »

Organisées chaque année courant octobre, les SISM sont un moment privilégié dans tout le territoire national pour réaliser des actions de sensibilisation et de déstigmatisation en direction du grand public. La 36ème édition des SISM aura lieu du 06 au 19 octobre 2025, autour de la thématique : « Pour notre santé mentale, réparons le lien social ».

Samedi 4 octobre aura lieu l'évènement inaugural qui se déroulera au sein de l'EPSM devant la cafétéria de 14h à 18h.

Le spectacle de l'humoriste François Mallet, organisé par notre délégation, aura lieu le jeudi 9 octobre. Séances à 15h et à 20h à la Halle au Blé à la Flèche.

Participation au chapeau, mais inscription obligatoire sur internet (<https://my.weezevent.com/spectacle-humoristique-francois-mallet>).

D'autres évènements des SISM vous seront envoyés dans un programme également distribué lors de notre prochaine réunion mensuelle du 3 septembre.

DEFENSE des INTERETS COMMUNS

Informations CSAPA SOSAN

Nous avons reçu l'association CSAPA lors d'une réunion mensuelle à laquelle vous étiez nombreux à participer. Suite à cette soirée, vous trouverez ci-dessous les nouvelles dates des réunions d'informations à destination de l'entourage et des familles concernés.

Rappel de ces dates : 23 septembre, 14 octobre, 18 novembre, 16 décembre, 20 janvier 2026

Pour plus d'information : www.sosan.fr

tel : 02 43 50 32 52 ou 06 89 70 21 36

Mardi 8 juillet : à la salle de la Rotonde au CHM

Quelques membres de notre association ont participé à un échange concernant les besoins des usagers et le fonctionnement des commissions d'usagers.

Mardi 7 Octobre : Journée citoyenne CRSA à la Ferté Bernard

La journée citoyenne annuelle organisée par la Conférence Régionale de la Santé et de l'Autonomie aura lieu le mardi 7 octobre de 9h à 17h au Centre Culturel Athéna à la Ferté Bernard.

Tout au long de cette journée, vous pourrez participer à des ateliers et des débats autour de la santé.

Plus d'information : sur <https://www.crsa-paysdelaloire.fr>.

Vous pouvez vous inscrire via le site de l'ARS <https://www.pays-de-la-loire.ars.sante.fr>.

Gem Tejira

Les gemmeurs du Gem Tejira seront présents à un bric à brac au Mans, avenue Jean Jaurès, le dimanche 7 Septembre. Il est encore temps de déposer vos livres et objets au 176 rue Nationale.

Prochaine réunion mensuelle des familles le 3 septembre à 17h30

Votre délégation accueillera Madame Flageolet, Directrice des soins à l'EPSM d'Allonnes pour présenter la nouvelle organisation des Soins de l'établissement.

Pôle associatif Guy MOQUET – 2, avenue GRECO au MANS