

UNAFAM 69

Métropole de Lyon et Rhône

Votre agenda de fin d'année

Chers adhérents, chers sympathisants,

Nous vous **remercions chaleureusement** pour votre **présence** lors des événements auxquels l'UNAFAM 69 a participé dans le cadre de la 34ème édition des Semaines d'Information sur la Santé Mentale qui se sont déroulées

du 9 au 22 octobre.

Plus de 1000 participants aux journées organisées sur le thème de l'aide aux aidants (métropole aidante, ARHM, forum santé bien-être à Givors, ...) dont environ **150 sur les stands de l'UNAFAM**.

Le **rôle primordial** que jouent les **aidants** auprès de leurs proches est de plus en plus reconnu et mis en avant.

Nous nous en réjouissons et continuerons à les soutenir et à les accompagner.

Nos **formations** et nos **journées d'information** continuent,

N'hésitez pas à y participer ! **Inscrivez-vous** !

Soyez assurés que le soutien, l'accueil et l'écoute des familles concernées par la maladie psychique d'un proche, sont au cœur des missions de l'UNAFAM 69.

L'équipe des bénévoles de l'UNAFAM 69

Pour vous informer sur tous nos services d'accueil et d'accompagnement et toutes les actions que nous menons en faveur des proches aidants, vous pouvez nous contacter :

Par téléphone
04 72 73 41 22

Par mail
69@unafam.org

ACTIVITES et SERVICES AUX FAMILLES de L' UNAFAM 69

LES GROUPES DE PAROLE UNAFAM 69

Le groupe de parole offre un lieu d'échanges et d'écoute pour les proches d'une personne vivant avec des troubles psychiques.

C'est un temps de pause, un espace privilégié qui permet d'être entendu(e), compris(e) et de **s'exprimer sans jugement et en toute confidentialité**.

A noter :

Les groupes de parole se déroulent **une fois par mois** (hors juillet et août).

Si vous êtes intéressé(e), prenez rendez-vous pour un accueil en appelant le 04.72.73.41.22.

Le saviez-vous ?

La délégation 69 Métropole de Lyon et Rhône propose 17 groupes de parole sur le département dont 2 à Villefranche-sur-Saône et 1 en visioconférence.

Ces groupes sont **spécialisés en fonction du lien que vous avez avec votre proche malade** : parents, enfants, conjoints ou frère/sœur.

Les groupes de parole sont **coordonnés par un bénévole UNAFAM et animés par un(e) psychologue** qui favorise les échanges des participants, répartit équitablement le temps de parole, enrichit et recentre la discussion en donnant des repères susceptibles de faire progresser le groupe.

Les participants doivent être adhérents. Une participation financière est demandée.

PROCHAINES FORMATIONS ET JOURNÉES D'INFORMATION UNAFAM 69

Samedi 18 novembre 2023

Mieux accompagner un proche souffrant de schizophrénie

Cette journée abordera les questions suivantes :

Que faire lorsque son proche refuse d'être aidé ou lors de l'arrêt des traitements ?

Accompagner le moment présent

Mieux réagir dans les situations difficiles

Construire et développer un réseau de soutien

Croire au rétablissement.

Il est recommandé de suivre en amont le module e-learning "Les schizophrénies" disponible gratuitement sur notre plateforme Form'aid@nts

Samedi 25 novembre 2023

JOURNEE D'INFORMATION SUR LA DEPRESSION SEVERE ET RESISTANTE

Cette journée vous permettra d'aborder

Les stratégies thérapeutiques adaptées

Les ressources disponibles pour vous et votre proche

Les attitudes aidantes

Les actions et réactions en cas d'idées suicidaires

Le besoin de se préserver

Le module e-learning « s'informer sur la dépression sévère et la dépression résistante » est disponible gratuitement sur notre plateforme Form'aid@nts et vous permettra de bénéficier pleinement de cette journée.

Samedi 2 décembre 2023

Journée d'Information sur les troubles psychiques

Notions de base sur :

- *Les maladies psychiques*
- *Les différents soins possibles*
- *Le handicap psychique*

Connaissance du "monde" de la psychiatrie :

- *Organisation*
- *structures sanitaires et médico-sociales*
- *associations œuvrant dans le champ de la psychiatrie*

Objectifs :

- *Acquérir des repères*
- *Partager nos difficultés*
- *Reprendre espoir*
- *Donner envie de rencontrer des pairs-aidants*

Le module e-learning sur les troubles psychiques vous permettra de bénéficier pleinement de cette journée.

PROCHAIN ATELIER D'ENTRAIDE PROSPECT à LYON

Atelier d'entraide Prospect

Dimanche 3 décembre 2023

Samedi 9 décembre 2023

et Dimanche 10 décembre 2023

(3 jours)

Objectifs de cet atelier :

- Vous permettre d'identifier, grâce au travail collectif de réflexion et d'élaboration avec les animateurs.trices, des savoir-faire et des stratégies pour une **reprise en main de votre propre vie**
- Vous donner la possibilité de **construire des projets d'avenir**.

La dynamique de l'atelier repose sur **l'aide de pairs à pairs**.

La participation est **gratuite** (repas compris).

Une journée Après-Prospect, 6 à 9 mois après l'atelier, permet aux proches aidants de poursuivre le travail engagé, en reprenant et en approfondissant les savoir-faire.

Bon à savoir !

Toutes les formations UNAFAM 69 sont organisées à Lyon et sont gratuites

Vous pouvez nous contacter au : 04.72.73.41.22

Si vous souhaitez en savoir plus sur toutes les actions de formation et d'information qui vous seront proposées par l'UNAFAM d'ici fin 2023 rendez-vous sur :

[Le site de l'UNAFAM 69](#)

FORMATIONS EN LIGNE - UNAFAM

Nouveau e-learning

Troubles anxieux

[Site Form'aid@nts](#)

Inscription et e-learning gratuit

Durée estimé : 3h

Module créé par l'Unafam

LES EVENEMENTS DE NOS PARTENAIRES

PARLONS LOGEMENT Mardi 21 novembre 2023

Vous avez besoin d'aide pour trouver un Logement ?

Venez rencontrer les associations et des assistantes sociales du Centre Hospitalier le Vinatier pour vous informer

**Mardi 21 novembre de
14h00 à 16 heures**

A la Maison des Usagers
Le Vinatier – bâtiment 308

Tél : 04 81 92 56 98

INVITATION FRANCE ASSOS SANTE Mercredi 22 Novembre 2023

[Inscription gratuite et obligatoire ici](#)

Conférence-débat sur le Schéma Régional de Santé

Le Schéma Régional de Santé (SRS) de l'ARS 2023-2028 constitue le socle sur lequel va reposer l'ensemble des interventions et investissements en santé pour les 5 années à venir.

Jeunes, personnes âgées, **personnes en situation de handicap**, maladies chroniques, personnes en situation de précarité... les objectifs prioritaires retenus par l'ARS auront un **impact direct sur la santé de tous les habitants de la région**. Pour permettre à chacun de s'approprier les enjeux identifiés pour notre région, **France Assos Santé** Auvergne-Rhône-Alpes propose aux citoyens, acteurs de santé d'Auvergne-Rhône-Alpes, une **matinée d'échanges et de débat** autour de ce SRS actualisé.

Salle Victor Hugo
33 rue Bossuet Lyon 6ème

JOURNEE D'ETUDE organisée par LA PAUSE BRINDILLE le mardi 28 novembre 2023

Le mardi 28 novembre 2023

de 9h30 à 18h

École Normale Supérieure
site Jacques Monod
46 Allée d'Italie - 69007 Lyon

« **Les enfants et les jeunes
face au handicap ou
à la maladie d'un proche** »

Journée d'étude organisée par **Diane Béduchaud et Julianne**

Cette journée vise à mettre en évidence l'**expérience** de ces **jeunes**, les **connaissances** et **compétences** qu'ils acquièrent auprès de leurs proches. Des chercheurs en sciences sociales, ainsi que des professionnels d'horizons divers, aborderont cette question selon un **angle interdisciplinaire**

[Inscrivez-vous ici](#)

3ème rencontre en santé mentale sur les addictions le mardi 12 décembre 2023

Une **rencontre pour tous**, grand public, associations, étudiant(e)s, co-organisée par l'Inserm et le Centre Hospitalier Le Vinatier, en partenariat avec la mairie de Lyon 6ème.

Le mardi 12 décembre de 18h30-20h30
58 rue de sèze, 69006 Lyon, salle du conseil, 1er étage.

C'est quoi une addiction ?

Par le **Pr Benjamin Rolland**, psychiatre, addictologue, responsable du service

Universitaire d'addictologie de Lyon et chercheur au Centre de Recherche en
Neurosciences de Lyon

30 ans de neuroimagerie des addictions : quel apport à la clinique ?
Par le **Dr Guillaume Sescousse**, chercheur Inserm, Centre de Recherche en
Neurosciences de Lyon

Inscrivez -vous ici : recherche-associations.lyon@inserm.fr

FORUM SUR LES DROITS , association la Roche
Vendredi 1er décembre 2023

La Roche

www.laroche.asso.fr

Connaître ses droits pour pouvoir les exercer

FORUM SUR LES DROITS

Le 1er décembre 2023

de 14h00 à 17h00

Centre municipal de loisirs

12 allée de l'Europe

69170 TARARE

[Lien d'accès vers le site internet](#)

Besoin d'info sur le Forum ? 06 73 40 82 54

A LIRE, ECOUTER, VOIR

Film Métropole aidante (présenté lors de la journée des aidants du 6 octobre dernier)

Découvrez ce film qui met en lumière les **histoires inspirantes** de trois **proches aidantes**, offrant ainsi un témoignage sur les **défis** et les **triumphes** de leur parcours en tant que personnes dédiées à prendre soin de leurs proches, et qui souligne le rôle de métropole aidante dans le soutien apporté à ces personnes dévouées.

[Regarder la vidéo](#)

Les événements de la fin de l'année à la Ferme du Vinatier

Noël au Balcon
19 au 21 décembre
Ferme du Vinatier

[Réservation par mail ici](#)

Les projets L'Assemblée (**projet marionnettes** avec la compagnie Arnica) et **Entre les lignes** (projet écriture et mise en voix avec Patrick Dubost) donneront lieu à une restitution publique dans le cadre de Noël au Balcon. Ce **temps fort** de fin d'année est l'occasion de découvrir la **restitution des projets** menés à la Ferme mais aussi le travail d'**artistes accueillis en résidence** ou d'étudiants de structures d'enseignement artistique partenaires.

Nous avons besoin de votre soutien

Agir avec nous, c'est rejoindre une communauté pour briser l'isolement des familles, les aider à trouver des solutions pour leurs proches et défendre leurs intérêts communs.

En devenant adhérent, donateur ou bénévole, vous soutenez nos actions en faveur des personnes vivant avec des troubles psychiques et de leur entourage, alors n'hésitez plus, contactez-nous et rejoignez-nous ! Nous avons besoin de vous ! Ensemble nous sommes plus forts !

Pour adhérer, renouveler votre adhésion ou faire un don, vous pouvez le faire dès à présent:

- par chèque adressé par courrier à l'UNAFAM

- ou en ligne, en vous rendant sur unafam.org

Pour tous les règlements en ligne, les reçus fiscaux vous seront transmis par mail.

[Adhérer à l'UNAFAM](#)

[Contactez-nous pour devenir bénévole
par mail à l'adresse mail : 69@unafam.org](mailto:69@unafam.org)

[Télécharger la version PDF](#)

UNAFAM 69

Métropole de Lyon et Rhône

66 rue Voltaire LYON 3

04.72.73.41.22

69@unafam.org

<https://www.unafam.org/rhone>

Cet email a été envoyé à [[EMAIL_TO]], [cliquez ici pour vous désabonner](#) .

66 rue voltaire 69003 LYON FR