

OÙ ?

REUNION
CONVIVIALE

GRENOBLE

Maison des
Associations

SISM

GRENOBLE

Maison des
Associations
Salle de ConférenceGROUPE DE
PAROLE - Bipolarité

GRENOBLE

Maison des
Associations
Salle 123

EN MARS ...



Mardi 5 mars de 17h00 à 19h00 se tiendra à la Maison des Associations de Grenoble la Conviviale.

Chaque premier mardi du mois nous vous proposons un moment chaleureux où chacun peut venir échanger avec d'autres familles, c'est aussi un lieu de ressources et de soutien entre pair-aidants.

Les prochaines Conviviales auront lieu les mardis 2 avril et 7 mai.

Rencontre gratuite sans inscription



Du 18 au 31 mars

Plusieurs événements se dérouleront sur tout le territoire isérois dans le cadre des Semaines d'Informations sur la Santé Mentale (SISM) sur le thème de la **santé mentale à l'ère du numérique**.

Nous pouvons déjà vous annoncer le **lundi 18 mars à 18h30** une table-ronde, organisée par Unafam38 qui répondra à la question :

Quel impact du numérique sur la prise en charge des malades psychiques ?

Samedi 16 mars à 10h, à la Maison des Associations (salle 123), l'association K2 vous propose un groupe de parole sur le thème : La crédibilité du bipolaire.

Entrée libre sans inscription préalable. Plus d'informations au 06 13 21 44 97

FORMATION

PROSPECT

BOURGAIN JALLIEU




Samedis 16, 23 et 24 mars

Un atelier **PROSPECT** aura lieu à **Bourgoin-Jallieu**.

Les objectifs de cet atelier sont les suivants :

- Prendre conscience des savoirs et des savoir-faire que l'expérience de la maladie de notre proche nous a permis d'acquérir.
- Identifier les stratégies pour faire face dans la durée.
- Renforcer un réseau d'aide qui nous soutienne dans l'avenir.
- Développer confiance et estime de soi.

Atelier gratuit avec inscription obligatoire sur 38@unafam.org ou 04 76 43 12 71



CROLLES

CMP
rue Henri Fabre

Jeudi 21 mars de 13h00 à 16h30

Le Centre Médico-Psychologique de Crolles vous invite à son après-midi portes ouvertes. Venez rencontrer et échanger avec l'équipe.

Plus d'informations au 04 76 92 82 90



CDI

GRENOBLE

Maison des Associations




Jeudi 28 mars de 17h00 à 18h30

Au siège de l'Unafam : **Maison des Associations de Grenoble** -bureau 309 se tiendra le **Centre de Documentation et d'Information (CDI)**

C'est un moment d'échanges autour de différents ouvrages et un lieu où vous pourrez emprunter des documents.

Entrée libre

JOURNEE MONDIALE
Troubles Bipolaires



GRENOBLE

CHU
Pavillon Dominique Villars

Vendredi 29 mars : 5^e Journée Mondiale des Troubles Bipolaires organisée par le Centre Expert des Troubles Bipolaires du CHU Grenoble et des Alpes. Cette année ils souhaitent dédier la manifestation aux approches thérapeutiques non médicamenteuses dans le trouble bipolaire.

Entrée libre et sans inscription au Pavillon Dominique Villars

EN AVRIL ...

Samedi 6 avril de 9h à 17 h

Journée d'information sur **les troubles psychiques à Grenoble.**

Les objectifs de la formation sont les suivants :

Découvrir que nous ne sommes pas tout seul à connaître des difficultés.

Reprendre espoir et découvrir que nous pouvons être aidant familial.

Donner envie de rencontrer des pairs-aidants

Notions de base sur les maladies psychiques : psychoses, névroses etc.

Notions de base sur les différents soins possibles.

Connaissance du « monde » concernant la psychiatrie : organisation, structures sanitaires et médico-sociales et les associations œuvrant dans le champ de la psychiatrie.

Formation gratuite ouverte à tous avec inscription obligatoire sur 38@unafam.org ou 04 76 43 12 71Samedi 7 avril à 14h, L'AFTOC vous informe **qu'un groupe de parole** et d'entraide se tiendra à Grenoble, à la Maison des Associations, 6 rue Berthe de Boissieux (salle 123).

Le groupe de parole est un espace d'information, d'échange et de soutien. C'est l'occasion de rencontrer dans la convivialité d'autres personnes touchées directement ou indirectement par les TOC. Les participants sont libres d'écouter et/ou de prendre la parole. Ils sont libres d'y participer anonymement.

Contact : contact@aftoc.orgGROUPE DE
PAROLE - TOC

GRENOBLE

Maison des
Associations
Salle 123SIÈGE DU PAYS
VOIRONNAIS
À VOIRON

Jeudi 2 mai de 14h00 à 16h00 à Voiron

Le Conseil Local de Santé Mentale du pays voironnais vous invite à une rencontre sur le thème : **Les troubles anxieux et phobiques.**Rencontre gratuite avec inscription obligatoire marie.petit-villemus@paysvoironnais.com ou 06 19 21 22 68

Notre prochaine Assemblée Annuelle se déroulera :

Samedi 25 mai 2019

Save the date !
Retenez la date !