

### OÙ ?



REUNION  
CONVIVIALE

**GRENOBLE**

Maison des  
Associations



**GRENOBLE**



### EN AVRIL ...



**Mardi 2 avril de 17h00 à 19h00** se tiendra à la Maison des Associations de Grenoble la **Conviviale**.

Après un premier entretien individuel, 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.

Ces rencontres peuvent servir de « sas » avant d'intégrer un groupe de parole ou une formation, destinés aux aidants familiaux.

Rencontre gratuite sans inscription, après un premier entretien individuel.

**Les prochaines Conviviales auront lieu les mardis 7 mai et 4 juin.**



**Samedi 6 avril de 9h à 17h** **IL RESTE ENCORE DES PLACES !**

Journée d'information sur **les troubles psychiques à Grenoble**, animée par un binôme psychologue et bénévole Unafam.

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](mailto:38@unafam.org) ou [04 76 43 12 71](tel:0476431271)

GRUPE DE  
PAROLE - Bipolarité

**GRENOBLE**

Maison des  
Associations

### Samedi 13 avril à 10h

Un **groupe de parole** de l'**association K2** se tiendra à Grenoble.  
Il aura pour thème : « Bipolaire et enfants, Parentalité (conception et relation avec les enfants) »

Sans inscription

## EN MAI ...



**SIÈGE DU PAYS  
VOIRONNAIS  
À VOIRON**

### Judi 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@paysvoironnais.com](mailto:marie.petit@paysvoironnais.com) ou au 06 19 21 22 68



CONFERENCE

**GRENOBLE**

Maison des  
Associations  
Salle de Conférence

### Judi 2 mai à 19h30 à la Maison des Associations,

L'**association K2** propose une conférence avec le docteur Jean Paul Chabannes sur le thème : « Un patient bien informé est-il un sachant ».

Sans inscription



**SIÈGE DU PAYS  
VOIRONNAIS  
À VOIRON**

### Judi 13 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 dépressifs.**

Rencontre gratuite avec inscription obligatoire [marie.petit@paysvoironnais.com](mailto:marie.petit@paysvoironnais.com) ou au 06 19 21 22 68



CDI

**GRENOBLE**

Maison des Associations



*Save the date !  
Retenez la date !*

FORMATION

**VIENNE**

PSY #4 CYCLETTE

**VIENNE****Jeudi 23 mai** de 17h00 à 18h30

A la délégation 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

**Le prochain CDI aura lieu le jeudi 27 juin.**

**Samedi 25 mai** à Voiron

Notre prochaine **Assemblée Annuelle** sera sur le thème suivant : **Comment vivre avec des difficultés psychiques et connaître ses droits ?**

Inscription obligatoire sur [38@unafam.org](mailto:38@unafam.org) ou 04 76 43 12 71.  
Participation de 16€ demandée pour le repas

**EN JUIN ...****Samedi 15 juin** de 9h à 17h

Journée d'information sur **les troubles psychiques** à **Vienne**, animée par un binôme psychologue et bénévole Unafam.

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](mailto:38@unafam.org) ou au 04 76 43 12 71

**Dimanche 16 juin,**

Nous accueillons la **Psychyclette à Vienne**, venez soutenir les cyclistes à leur arrivée et aider les bénévoles à faire connaître l'Unafam auprès du plus grand nombre !  
**Pour ceux qui souhaitent soutenir l'Unafam en pédalant, il est possible aussi de s'inscrire en tant que cycliste.**

Plus d'informations au [38@unafam.org](mailto:38@unafam.org) ou 04 76 43 12 71