

LA LETTRE DU MOIS

DECEMBRE

OÙ ?

L'Édito

de

Françoise Braoudakis,
Déléguée

Départementale de l'Isère
et
Isabelle Pot,
Déléguée Adjointe



*"Demain ne sera pas comme
hier.*

*Il sera nouveau et il dépendra
de nous.*

*Il est moins à découvrir qu'à
inventer."*

Gaston Berger

2019 s'achève. Qu'en retiendrons-nous ?

Depuis juillet, de nouvelles responsables de la Délégation 38 ont repris le flambeau avec les mêmes équipes de bénévoles qui se développent. Tous ensemble, nous sommes engagés au service des familles et de leurs proches.

Au niveau national, les premières mesures concernant la reconnaissance des aidants familiaux ont été prises.

L'évènement marquant de cette année 2019, pour l'Unafam 38, a été de faire entendre la voix des aidants familiaux dans la co-construction du PTSM 38 (Projet Territorial de Santé mentale) pour les 5 ans à venir en Isère, avec les professionnels de la santé mentale.

En mars 2019, une trentaine de familles adhérentes Unafam 38 ont répondu à notre enquête sur la situation de leur proche.

En novembre, une vingtaine d'adhérents Unafam 38 se sont mobilisés pour travailler au futur de nos proches à travers le PTSM. Merci à eux !

Le travail se poursuit jusqu'en mars : n'hésitez pas à nous rejoindre !

Cette fin d'année voit aussi le renouvellement des Représentants d'Usagers (RU) désignés pour trois ans dans les Commission Des Usagers (CDU). 18 bénévoles vous représentent dans toutes les structures de soins où ils défendent les droits de vos proches.

D'autres moments forts autour du film de Michel Szempruch, "Le handicap psychique", qui circule en Isère, présentant différents lieux d'accompagnements pour nos proches. Il donne lieu à de bons échanges avec Michel Szempruch, des adhérents Unafam et les publics locaux.

La période des fêtes approche...

Ces moments sont parfois difficiles pour nos proches. Soyons présents au mieux avec eux...

Et nous vous souhaitons aussi d'être entourés de personnes que vous aimez et de vivre des moments joyeux, chaleureux et doux.

Goûtons pleinement ces moments à part !

Belles fêtes à chacun.e ainsi qu'à vos proches et à l'année prochaine !

Prise en charge de l'urgence psychiatrique : L'Unafam a besoin de vous !

L'Unafam souhaite connaître l'expérience que vous avez rencontrée avec les services d'urgence si vous en avez eu besoin pour une urgence psychiatrique concernant votre proche au cours des 5 dernières années. Cet état de la situation actuelle nous aidera à obtenir une meilleure organisation de la prise en charge de l'urgence psychiatrique en France, notamment à l'occasion des Projets Territoriaux de Santé Mentale.

Rendez-vous sur : https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeR4R1JpzaSTZC9YhVZlrSdj6gqS9SpYodrTH6Ogkf_fNSUAw/viewform

GROUPE DE PAROLE

« OUVERT »

GRENOBLE



PERMANENCES UNAFAM

ISERE



RELAXATION

NORD-ISERE

GROUPES DE PAROLE « OUVERT »

En attendant l'ouverture des groupes de parole « fermés » début 2020, vous pouvez rejoindre la dernière séance du groupe de parole « ouvert » sur Grenoble qui aura lieu le lundi 9/12 de 18h30 à 20h00, à la Maison des Associations, salle 300.

N'hésitez pas à vous inscrire au [04-76-43-12-71](tel:04-76-43-12-71) ou par mail au 38@unafam.org

ACCUEIL DANS LES PERMANENCES

Comme dans toute la France, les bureaux de notre délégation sont fermés du 23 décembre au 6 janvier inclus. Françoise et Isabelle regarderont leurs mails et les mails adressés à l'Unafam environ deux fois par semaine.

- ◆ **Grenoble**
 - Maison des associations, 6 rue Berthe de Boissieux :
Accueil individuel : tous les mardis de 17h00 à 19h00 sans RdV et le 2ème et 4ème vendredi du mois de 11h00 à 13h00 sur RdV en téléphonant au 04 76 43 12 71
Conviviales : le 1er mardi du mois, de 17h00 à 19h00
 - Maison des Usagers du CHAI à St Egrève : le 2ème jeudi du mois de 14h à 16h
- ◆ **Bourgoin-Jallieu**
 - Maison des Associations 73 rue de la Libération, salle Hypatie d'Alexandrie : Accueil le 1er jeudi du mois de 16h00 à 18h45, sur RdV au 07 82 51 74 58
 - Maison des Usagers de l'ESMPI : le 1er et 3ème mardi du mois de 14h30 à 16h
- ◆ **La Tour du Pin** - salle 5, impasse Romain Bouquet (près de la poste) le 1er mercredi du mois, à partir de 16h00
- ◆ **Roussillon et Vienne** - sur RdV au 06 52 81 39 86

La Maison des Usagers (MDU) est un lieu d'accueil, d'écoute et d'entraide et d'information sur les droit des usagers,

EN DECEMBRE

Le Comité Territorial de Santé du Vals du Dauphiné vous informe d'ateliers destinés aux aidants familiaux :

- **Séances de relaxation « sonore »** à raison d'un **lundi** sur deux à **14 h ou à 15 h 30**, au **CCAS de La Tour-du-Pin**.
- Ateliers de partage autour de la musique -A2A6- qui s'adresse à 3 binômes aidants/aidés, le **mercredi de 10h30 à 11h30** tous les 15 jours jusqu'en décembre, 6 impasse des Gargues **St Quentin-Fallavier**

Plus d'informations sur <http://art-therapie-musique.fr> ou au **06 71 57 83 77**

Ed.FOLAZIL

GRENOBLE

St Martin d'Hères

JIPH

LA TRONCHE

CHU - Hall Vercors

FIMS DE MICHEL
SZEMPRUCH**MORESTEL****VIENNE****FONTAINE**GROUPE DE
PAROLE - Bipolarité**GRENOBLE**Maison des
Associations

REUNION GOUVERNANCE

GRENOBLE

RENCONTRE

LYON 8Espace Citoyen de la
Mairie, 12 av. Jean Mermoz
Métro Mermoz Pinel**Dimanche 1er décembre**

L'édition du Folazil participera au Festival Grattemende à l'Heure bleue.

L'Assemblée Générale se tiendra le lundi 2 décembre à 19h, à la Maison des Associations de Grenoble.**Mardi 3 décembre de 10h à 17h**

Dans le cadre de la Journée Internationale des Personnes Handicapées de l'ONU, L'Unafam sera présente au Centre Hospitalier Universitaire à la manifestation « Le handicap rencontre l'hôpital ».

Mardi 3 décembre à 18h30

- au cinéma Le Dauphin, place Antonin Chanoz à **Morestel**

Et Mercredi 11 décembre à 18h30

- à la salle des Fêtes, place de Miremont, à **Vienne**

Projections du film documentaire « **Le handicap psychique, l'importance de l'accompagnement** » suivi d'un débat en présence du réalisateur Michel Szempruch.**Mardi 3 décembre à 20h**

- MJC Nelson Mandela, rue de la Liberté à **Fontaine**

L'association Le Fil Rouge et Sciences Po Grenoble vous invite à la projection du film « **Les annonces du handicap, de la période anténatale à la fin de vie** ». Il sera suivi d'un débat en présence de témoins et du réalisateur Michel Szempruch.**Samedi 7 décembre à 10h**Le Groupe de Parole de K2, association pour les usagers concernés par les troubles bipolaires, aura lieu en salle de conférence au rez-de-chaussée de la Maison des Associations et aura pour thème : « **Le désarroi du proche** ».

L'Assemblée Générale se tiendra auparavant.

Plus d'informations sur www.bipolairegrenoble-entrelieu.com**Lundi 9 décembre à 10h00 : Gouvernance**

La Gouvernance se réunira en salle 210, à la Maison des Associations.

Judi 12 décembre de 18h à 20hL'Unafam 69 vous invite à une rencontre Familles/Professionnels dont le thème sera : « **la vie affective pour les personnes vivant avec des troubles psychiques** » avec la présence de Noëlle Navarro, psychologue - sexologue et de Marie-Paule Chanel, membre du Collectif des personnes concernées.

Gratuit et ouvert à tous, familles, usagers et professionnels

Inscription obligatoire par mail 69@unafam.org au 04 72 73 41 22



Site
délégation



«UNE HEURE DE PSY PAR MOIS»

ECHIROLLES

Grand Place



GIB

**CHU
LA TRONCHE**

Pavillon Dominique Villars



1ère quinzaine de décembre

Nous vous invitons à découvrir notre nouveau site internet sur www.unafam.org/38

La date précise de la mise en ligne du nouveau site internet de la délégation Isère nous sera communiquée quelques jours avant l'ouverture.

EN JANVIER

Samedi 11 janvier à 16h

La bibliothèque Kateb Yacine à Grand Place vous propose dans le cadre de son cycle- Une heure de psy par mois- "Le nudge ou comment influencer sans contrainte" par Evelyne Rosset.

Un nouveau Groupe Interactif Troubles Bipolaires vous est proposé !

Séance 1	La maladie bipolaire : état des lieux	14 janvier 2020
Séance 2	Annonce du diagnostic : ce qu'est la maladie bipolaire et ce qu'elle n'est pas (symptômes, diagnostics associés et diagnostics différentiels)	28 janvier 2020
Séance 3	La prise en charge d'un épisode aigu de la maladie bipolaire : de la psychothérapie aux médicaments, de la consultation de médecine générale à l'hospitalisation	11 février 2020
Séance 4	Évolution de la maladie bipolaire dans le temps : quels facteurs de risque, comment prévenir la rechute ?	18 février 2020
Séance 5	Répercussions familiales et sociales de la maladie bipolaire : la famille comme premier soutien	10 mars 2020
Séance 6	La prise en charge au long cours de la maladie bipolaire : sur qui s'appuyer ? Comment l'organiser ? Quelles prises en charges ?	24 mars 2020

L'Unafam 38 et l'équipe du pôle psychiatrie du CHU vous invitent, dans le cadre du Centre Expert pour les troubles bipolaires, à participer au prochain **groupe interactif** en direction principalement des **membres de l'entourage familial** d'une personne souffrant de troubles bipolaires : un parent, un conjoint(e) ou ami(e) ou un enfant ou un membre de la fratrie...

Si votre proche est stabilisé et demandeur, il/elle peut vous accompagner.

Participation au groupe gratuite mais inscription obligatoire et assiduité requise.

Plus d'informations et inscription sur 38@unafam.org ou au **04 76 43 12 71**



AIDE AUX AIDANTS

LA COTE ST ANDRÉ

Centre Social Les Sources

ETATS GENERAUX

LYON

Hôtel de Ville

Retenez la date !



FONTAINE

Hôtel de Ville
Salle du Conseil Municipal

CONFERENCE

CH. Le Vinatier

BRON

95 Boulevard Pinel
Amphithéâtre Bat.416

Vendredi 17 janvier de 13h30 à 16h30

l'Association Française des Aidants propose une **formation en 6 modules**, qui s'adresse à tous les aidants familiaux, **du 17/01 au 21/02/2020**.

Ces formations sont gratuites.

Plus d'informations et inscription auprès de Mme Dubois Lilia – Formatrice sur formationaidants38@gmail.com ou au 04.76.36.31

Mardi 21 janvier 2020 de 15h à 18h

La restitution des Etats Généraux des personnes vivant ou ayant vécu des troubles psychiques aura lieu à l'Hôtel de Ville de Lyon.

Plus d'informations sur <https://clsm-ccoms.org/2019/06/18/restitution-des-etats-generaux-des-personnes-vivant-ou-ayant-vecu-avec-des-troubles-psychiques-4-et-5-avril-2019-rhone/>

Jeudi 23 janvier

Conférence **Unafam** avec la Directrice du CHAI.

Plus d'informations dans la prochaine **Lettre du Mois**

Jeudi 23 janvier de 10h à 12h

Le CLSM de Fontaine vous invite à un temps d'information et d'échanges portant sur la santé des adolescents intitulé « **Passages, ratages et impasses à l'adolescence : Comment aborder ces questions et accompagner un jeune pris dans les conduites addictives ?** »

Animé par Gisèle BASTRENTA, Psychologue Clinicienne,, Auteure du livre Face au haschich en collège et lycée

31 janvier de 13h à 16h15

Conférence à l'occasion du lancement en France du livre "**Cap sur le rétablissement**" de **Luc Vigneault, pair aidant québécois**, qui aura lieu au Centre Hospitalier, Le Vinatier.

Plus d'informations sur <https://centre-ressource-rehabilitation.org/>

« L'Oreille du Cœur », Lieu d'Accueil, de rencontre, d'écoute, d'informations et d'ateliers créatifs, a fusionné avec "La source" et a transféré ses activités vers une nouvelle structure : **La Bienvenue**. Ce lieu est ouvert du lundi au samedi de 16h à 19h, 8 rue Frédéric Taulier Grenoble – Lieu de l'Eglise catholique à dimension œcuménique.

Plus d'informations sur www.la-bienvenue.fr/ ou au 04 38 38 00 20

Nous attirons votre attention sur les actualités suivantes

- ◆ Guillaume Fond présente son nouveau livre sur la façon de réussir le changement durablement et trouver sa voie : « **Je fais de ma vie un Grand Projet** »

https://www.youtube.com/watch?v=A5Uj4v_W250&feature=youtu.be

- ◆ « **"Mental"** Cette websérie plonge, en finesse, dans l'univers de quatre adolescents hospitalisés dans une clinique pédopsychiatrique. Drôle, acidulé, désarmant. » sur France TV/slash .

<https://www.france.tv/slash/mental/mental-saison-1/>

- ◆ La pétition lancée par le **Groupe d'Entraide Mutuelle, L'Abeille-vie** pour une **prise en charge à 100%** de la sécurité sociale des **soins dentaires** des personnes porteuses de troubles psychiques. Si vous voulez signer cette pétition, suivez ce lien

[https://www.change.org/p/minist%C3%A8re-de-la-sant%C3%A9-pour-de-meilleurs-soins-dentaire-](https://www.change.org/p/minist%C3%A8re-de-la-sant%C3%A9-pour-de-meilleurs-soins-dentaire-des-personnes-avec-troubles-psychiques?recrui-)

[recrui-](https://www.change.org/p/minist%C3%A8re-de-la-sant%C3%A9-pour-de-meilleurs-soins-dentaire-des-personnes-avec-troubles-psychiques?recrui-)

[ter=685421729&utm_source=share_for_starters_page&utm_medium=abi_gmail&utm_campaign=ad](https://www.change.org/p/minist%C3%A8re-de-la-sant%C3%A9-pour-de-meilleurs-soins-dentaire-des-personnes-avec-troubles-psychiques?recrui-ter=685421729&utm_source=share_for_starters_page&utm_medium=abi_gmail&utm_campaign=address_book&utm_term=bc9906ee410846c3bbd98d7dbadf12c8&recruited_by_id=9e09fac0-f8fc-11e6-b36e-cfef7c432366)
[dress_book&utm_term=bc9906ee410846c3bbd98d7dbadf12c8&recruited_by_id=9e09fac0-f8fc-](https://www.change.org/p/minist%C3%A8re-de-la-sant%C3%A9-pour-de-meilleurs-soins-dentaire-des-personnes-avec-troubles-psychiques?recrui-ter=685421729&utm_source=share_for_starters_page&utm_medium=abi_gmail&utm_campaign=address_book&utm_term=bc9906ee410846c3bbd98d7dbadf12c8&recruited_by_id=9e09fac0-f8fc-11e6-b36e-cfef7c432366)
[11e6-b36e-cfef7c432366](https://www.change.org/p/minist%C3%A8re-de-la-sant%C3%A9-pour-de-meilleurs-soins-dentaire-des-personnes-avec-troubles-psychiques?recrui-ter=685421729&utm_source=share_for_starters_page&utm_medium=abi_gmail&utm_campaign=address_book&utm_term=bc9906ee410846c3bbd98d7dbadf12c8&recruited_by_id=9e09fac0-f8fc-11e6-b36e-cfef7c432366)

