

À LA UNE

L'UNAFAM À LA CHARTREUSE

DE NOUVEAUX LOCAUX POUR MIEUX ACCUEILLIR



Le Puits de Moïse

La délégation départementale UNAFAM 21 et la délégation régionale UNAFAM Bourgogne-Franche-Comté ont emménagé dans de nouveaux locaux au CH La Chartreuse.

Deux pavillons sont mis à notre disposition par l'établissement public de santé mentale avec l'ambition d'offrir un soutien renforcé aux proches de

personnes vivant avec des troubles psychiques. Les nouveaux locaux sont situés à proximité immédiate du Puits de Moïse, site incontournable du patrimoine dijonnais, construit au centre de ce qui fut jadis le cloître de la Chartreuse de Champmol et non loin de la gare de Dijon.

L'engagement du CH La Chartreuse et de l'Agence Régionale de Santé Bourgogne-Franche-Comté aux côtés de l'UNAFAM a rendu possible cette installation dans ces locaux agréables et facilement accessibles.



Une inauguration ensoleillée en présence de (de gauche à droite) : Dr Pierre Besse, Président de la CME du CH La Chartreuse ; François Martin, DG du CH La Chartreuse ; Jean-Louis Laville, Délégué régional UNAFAM Bourgogne Franche Comté ; Brigitte Delphis, Vice-Présidente de l'UNAFAM ; Jean-Jacques Coiplet, DG de l'ARS et Aline Guibelin, Directrice Côte-d'Or de l'ARS.

Dans son nouveau local, les bénévoles de l'UNAFAM accueillent, sur rendez-vous, toute personne qui le souhaite et assurent une permanence téléphonique 7 jours sur 7 de 8h00 à 20h00 au 03 80 49 78 45.

ÇA SE PASSE À L'UNAFAM

BIENVENUE À FRANÇOISE MARTIN

CHARGÉE DE MISSION POUR NOTRE DÉLÉGATION RÉGIONALE



Pour soutenir les 8 délégations départementales de la région, l'UNAFAM a recruté une Chargée de mission régionale Bourgogne-Franche-Comté. Pour le financement de ce poste,

l'UNAFAM bénéficie du soutien financier de l'Agence Régionale de Santé (ARS).

M^{me} Françoise Martin a pris ses fonctions le 11 mars dernier. Après ses études, elle a été deux années coopérante au Cameroun puis enseignante et correspondante de presse, avant de s'installer dans l'Yonne avec sa famille pendant près de 25 ans. Pendant ces années, elle a été élue municipale à Pont-sur-Yonne, co-créatrice puis responsable d'un Pôle Petite Enfance Itinérant en milieu rural, coordinatrice d'un collectif professionnel autour de l'accueil des familles et de la petite enfance, tout en faisant du théâtre et en s'occupant de ses trois enfants. Plus récemment, à la suite de son installation en Côte-d'Or, elle a donné des cours de Français au sein d'un Centre d'Accueil de Demandeurs d'Asile, avant de devenir, de 2021 à 2023, Chargée d'animation et de développement pour « Solidarités Nouvelles face au Chômage » en Bourgogne-Franche-Comté et dans le Grand Est.

Contact : Francoise.martin@unafam.org

APPRENDRE À AIDER

NOS JOURNÉES D'INFORMATION ET DE FORMATION 2024



Bien aider un proche vivant avec des troubles psychiques, cela s'apprend ! **C'est pourquoi l'UNAFAM 21 organise des journées d'information et de formation, ouvertes au plus grand nombre.**

Que vous soyez adhérent de l'UNAFAM ou pas, vous pouvez participer à ces journées, généralement consacrées à une pathologie spécifique : schizophrénie, troubles bipolaires, dépression résistante...

Une journée d'information à caractère plus général sur les troubles psychiques, pour une approche globale des différentes maladies, est aussi régulièrement proposée.

Chaque journée se déroule en présence d'un expert et d'un bénévole de l'UNAFAM et réunit **entre 12 et 15 participants au plus**, de manière à favoriser les échanges. Complétant ces séances en présentiel, le site internet de l'UNAFAM permet de suivre en ligne un complément d'information.



PROGRAMME 2024

Mardi 11 juin

Réunion d'information
PROFAMILLE
au CH la Chartreuse

Lundi 6 et mardi 7 mai

Formation « Adapter sa communication avec un proche souffrant de troubles bipolaires ».

Vendredi 21, samedi 22 et dimanche 23 juin

Atelier d'entr'aide
PROSPECT

Renseignez-vous sur le programme en Côte-d'Or en nous appelant au 03 80 49 78 45.

L'ATELIER ENTR'AIDE PROSPECT À DIJON

VENDREDI 21, SAMEDI 22 ET DIMANCHE 23 JUIN



Cet atelier d'entr'aide est organisé et pris en charge par l'UNAFAM 21.

Il contribue à « l'aide aux aidants ». Avant la crise du covid, des adhérents de la région avaient suivi cet Atelier d'échanges entre « Pairs ». Ils avaient bénéficié ainsi d'une meilleure approche des troubles psychiques et d'une meilleure gestion de leur vécu personnel malgré la maladie.

Cet atelier s'adresse à toute personne de l'entourage, adhérente ou non à l'UNAFAM et quelle que soit la pathologie du proche.

Durée : 3 journées (de 9h00 à 18h00) avec repas de midi pris sur place.

Au Centre Hospitalier La Chartreuse (dans nos nouveaux locaux à proximité immédiate du Puits de Moïse). Bulletin d'inscription sur notre site.

Attention : le nombre de places est limité à 12.

LES RÉUNIONS DU CONSEIL DES BÉNÉVOLES

NOS PRIORITÉS POUR 2024-2028

Une réunion a eu lieu le 18 octobre pour dresser le bilan de notre Plan d'actions 2019-2022 et pour prendre connaissance du nouveau Plan stratégique national UNAFAM. Le 31 janvier, le Conseil des bénévoles s'est réuni, cette fois pour fixer les priorités de notre délégation pour les années 2024-2028. Un effort particulier sera notamment fait pour l'accueil des nouveaux adhérents et des nouveaux bénévoles.

LES JOURNÉES DE FORMATION À DIJON

ADAPTER SA COMMUNICATION AVEC SON PROCHE BIPOLAIRE



Particulièrement réservée à l'entourage de personnes souffrant de troubles bipolaires, cette formation apporte une meilleure compréhension de cette maladie et contribue à l'amélioration de leurs relations. Elle permet également de faire face plus sereinement à ses conséquences et aide les aidants à se préserver.

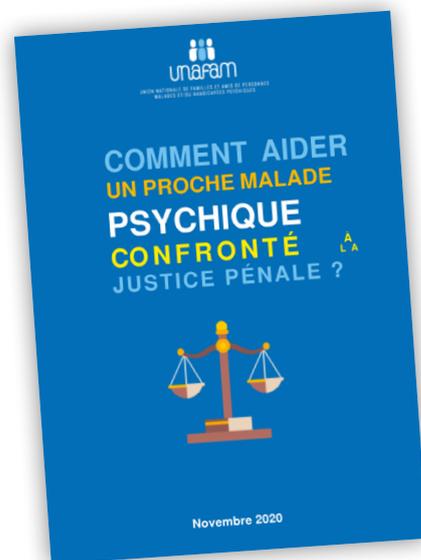
Attention : le nombre de places est limité à 12.

Si vous souhaitez plus d'informations, contactez les bénévoles UNAFAM Côte-d'Or au 03 80 49 78 45.

COMMENT AIDER UN PROCHE MALADE PSYCHIQUE CONFRONTÉ A LA JUSTICE PÉNALE ?

LA RÉFÉRENTE PARCOURS PÉNAL DE L'UNAFAM

- Votre proche est en garde à vue ou en détention
- Votre proche est présenté au Procureur de la République ou en comparution immédiate devant le tribunal correctionnel
- Votre proche est déféré devant un tribunal qui ne statue pas immédiatement ou une cour d'Assises
- Votre proche manifeste, en détention, un comportement inquiétant pour lui-même et son entourage
- Votre proche affirme avoir subi des événements indésirables graves en détention



À l'UNAFAM Côte d'Or, une bénévole a été formée pour vous écouter, vous aider et vous conseiller. Elle n'est ni avocate ni juge mais grâce à ses connaissances des milieux judiciaire et pénitentiaire ainsi qu'à son expérience dans leur fonctionnement, elle pourra vous orienter et vous soutenir dans vos différentes démarches.

Pour la contacter, n'hésitez pas à téléphoner à la permanence téléphonique de l'UNAFAM qui vous mettra en relation avec elle au 03 80 49 78 45.

L'OPEN DIALOGUE EN CÔTE-D'OR

LE GROUPE IODA

L'Open dialogue est une approche née en Finlande dans les années 80. Depuis quelques années, de nombreux pays montrent un intérêt grandissant pour cette approche, y compris la France. Elle aide les personnes qui traversent une crise psychique à restaurer la communication avec leur environnement relationnel, à créer ensemble un nouveau dialogue. L'Open dialogue propose d'accueillir ces personnes lors de réunions thérapeutiques avec sa famille et le réseau social (amis, collègues, professeurs...) qu'elles auront elles-mêmes choisi. La famille, les proches sont considérés comme de véritables partenaires compétents du rétablissement. Quelques Côte-d'Oriens se sont réunis parce qu'ils souhaitaient voir l'Open dialogue entrer dans les offres de soins faites aux souffrants psychiques et à leurs familles-proches. Un groupe s'est constitué qui rassemble des personnes concernées (2 pairs-aidants), des proches (adhérents ou non de l'Unafam), une psychologue et une infirmière, autour de Jean-Pierre Freling, précédemment cadre de santé au CMP de Longvic. C'est le groupe IODA (*Inspiration Open Dialogue Appliquée*). Il se réunit un vendredi sur deux de 14h00 à 15h30 à Longvic dans une salle que la Mairie met à sa disposition. Le groupe vous accueillera avec plaisir. Vous pouvez le contacter via le CMP de Longvic au 03 80 66 73 65. Pour en savoir plus sur l'Open dialogue, écoutez notre émission sur RCF du 3 septembre 2022 en accédant aux podcast santé de RCF [en cliquant ici !](#)



DES ATELIERS POUR LES AIDANTS EN PAYS BEAUNOIS

DES MOMENTS DE RÉPIT À BEAUNE ET NUITS-SAINT-GEORGES

Le Contrat Local de Santé du Pays Beaunois propose des ateliers d'information et de détente-relaxation aux proches-aidants du territoire. Ces séances ont pour ambition de permettre aux aidants familiaux de bénéficier d'une parenthèse, d'un moment de répit, dans un quotidien souvent difficile. Afin de permettre leur venue, diverses solutions d'accueil de leur proche leur sont proposées lorsque cela est requis : partage de l'atelier avec l'Aidé(e), accueil de l'Aidé(e) par une professionnelle qualifiée durant leur participation aux temps dédiés aux seuls Aidants, accueil de jour, relayage à domicile...

Proposés à Beaune et Nuits-Saint-Georges, ces ateliers sont accessibles à tout habitant du Pays Beaunois (soit 194 communes du sud Côte-d'Or et du nord Saône-et-Loire) accompagnant un proche en situation de dépendance, que cette dépendance soit liée à l'avancée en âge, à la maladie ou au handicap, sans condition d'âge et que le proche en question réside à son domicile ou en institution.

L'accès aux ateliers est gratuit, sur inscription à effectuer auprès de l'animatrice du Contrat Local de Santé au 03 80 24 56 10 ou par mail à sante@paysbeaunois.org

Pour le programme, [cliquez ici !](#)



UNAFAM 21 : c/o Maison des Associations - Boîte K4 - 2 rue des Corroyeurs - 21000 Dijon
CONTACT : E-mail : 21@unafam.org - Tél. : 03 80 49 78 45 - Web : www.unafam.org/cote-dor
RESPONSABLE DE LA PUBLICATION : Jean-Louis Laville : Délégué départemental UNAFAM 21
COMITÉ DE RÉDACTION : Catherine Norguet, Jean-Marc Peintre, Gérard Delmas et Jean-Paul Verdier
RÉDACTION : UNAFAM 21 et Patrice Bouillot
MAQUETTE : Ludovic Barbier / ludovicbarbier21@gmail.com - **IMPRESSION** : ESAT-Habilis

CE BULLETIN A ÉTÉ RÉALISÉ AVEC LE SOUTIEN DE :

