

À LA UNE

L'UNAFAM RECRUTE

UN(E) CHARGÉ(E) DE MISSION
POUR NOTRE DÉLÉGATION RÉGIONALE



Pour soutenir les bénévoles des 8 délégations départementales de la région, l'Unafam recrute au sein de sa délégation régionale Bourgogne-Franche-Comté un(e) Chargé(e) de mission H/F dans le cadre d'un contrat à durée indéterminée à temps plein. Les candidatures reçues sont analysées et présentées à un jury régional. L'Unafam Bourgogne-Franche-Comté bénéficie à cette fin du soutien financier de l'Agence Régionale de Santé (ARS). Le CH La Chartreuse mettra à notre disposition des bureaux faciles d'accès et agréables, à proximité du Puits de Moïse.

Pour en savoir plus, cliquez ici vers l'offre d'emploi sur notre site national



LES 24 ET 25 NOVEMBRE PROCHAIN, L'UNAFAM FÊTERA SON 60E ANNIVERSAIRE.



Un anniversaire placé sous le signe de nos combats. Un anniversaire pour regarder vers l'avenir. Parce que le combat se nourrit de l'espoir, cet anniversaire fera la part belle aux raisons d'espérer. Un anniversaire pour se retrouver, partager et rire ensemble. **Nous y reviendrons dans notre prochain bulletin.**

ÇA SE PASSE À L'UNAFAM

MIEUX ACCOMPAGNER UN PROCHE SOUFFRANT DE TROUBLES ANXIEUX UNE NOUVELLE FORMATION UNAFAM EN LIGNE

15% des adultes de 18 à 65 ans souffrent chaque année de troubles anxieux. Ils se manifestent sous la forme de TOC, de phobies, d'anxiété sociale, d'anxiété généralisée... qui peuvent rendre la vie quotidienne ingérable, entraînant repli social et handicap.

Face à ces troubles, l'entourage se sent très souvent démuni. C'est pourquoi l'UNAFAM vient de créer et de mettre en ligne un module de formation à distance, intitulé « Mieux accompagner un proche souffrant de troubles anxieux ».

Les objectifs de ce module sont triples :

- Acquérir des connaissances sur les différents troubles anxieux ;
- Identifier les pistes thérapeutiques qui peuvent être proposées ;
- Identifier les pistes d'accompagnement qui peuvent faciliter le positionnement des proches.

Ce module est accessible gratuitement sur notre plateforme de formation en ligne www.formaidants.fr

Vous pouvez donc le suivre à distance, en autonomie et à votre rythme.

Vous trouverez sur notre plateforme www.formaidants.fr deux autres modules :

- Le module « Adapter sa communication avec un proche souffrant de troubles bipolaires » : [Voyez la vidéo ici](#)
- Le module « Dépression sévère, dépression résistante » : [Voyez la vidéo ici](#)

Pour accéder à cette plateforme de formation en ligne, c'est très simple. L'accès se fait en 1 clic sur www.formaidants.fr

Vous pouvez aussi y accéder en cliquant sur « e-learning » dans le menu de la page d'accueil de notre site Internet [Côte-d'Or | Unafam](#)

Vous créez d'abord votre compte, puis vous pourrez suivre la formation avec ses différentes séquences.

Et pour avoir une idée d'ensemble sur notre offre de formation pour les proches aidants : [Voyez la vidéo ici](#)



L'UNAFAM 21 AVEC LA MACIF

LES BÉNÉVOLES DE CÔTE-D'OR EN SAÔNE-ET-LOIRE

Dans le cadre des actions de prévention de la Macif et par l'intermédiaire de son délégué régional, Monsieur Vaison, Catherine Norguet et Jean-Marc Peintre sont intervenus, le 26 juin, au Centre Hospitalier de Montceau-Les-Mines auprès d'une soixantaine d'étudiants de 1^{re} année de l'Institut de Formation en Soins Infirmiers (IFSI). Ils leur ont présenté les missions et actions de l'Unafam et particulièrement celles de l'Unafam de Saône-et-Loire, ainsi qu'une « *information et sensibilisation aux troubles psychiques* ».

ÇA S'EST PASSÉ EN CÔTE-D'OR

UNE BELLE JOURNÉE UNAFAM

Le samedi 3 juin dernier à Talmay, nos adhérents et sympathisants ont partagé une belle journée de détente avec la visite du château et un délicieux pique-nique. Nous avons été parfaitement accueillis et guidés par la propriétaire et le responsable des visites. Un grand Merci à Georges et à Viviane, nos bénévoles qui ont préparé pour vous cette belle journée ! Si vous en avez l'occasion, allez visiter Talmay. Le château et ses jardins valent le détour !



ÇA S'EST PASSÉ EN CÔTE-D'OR

PROFAMILLE : RÉUNION D'INFORMATION

Le programme Profamille (le programme de psycho-éducation pour les proches de malades souffrant de troubles schizophrènes) sera à nouveau mis en place, pour sa session 2023-2024, par le C2RB (Centre Référent de Réhabilitation psychosociale de Bourgogne) du CH La Chartreuse avec la participation de l'UNAFAM 21. Une réunion d'information a eu lieu le 13 juin dernier au Centre Hospitalier La Chartreuse à Dijon. Elle a permis de tout savoir sur l'intérêt (largement éprouvé depuis plus de dix années) de cette formation, son déroulement, ses modalités.

LE GRAND DÉJ LE PUBLIC À NOTRE RENCONTRE



Le Grand Déjeuner a eu lieu dimanche 10 septembre au Parc de la Toison d'Or. Les bénévoles de l'UNAFAM 21 étaient présents lors de cet événement qui a permis de répondre aux interrogations du public et de rencontrer les nombreuses associations présentes.

L'OPEN DIALOGUE ARRIVE EN CÔTE-D'OR LE GROUPE IODA

Vous vous souvenez de la conférence que nous avons organisée l'année dernière, au CH la Chartreuse, sur l'*Open dialogue*, avec Jean-Pierre Freling et deux experts de cette démarche innovante.

Cette approche est née en Finlande dans les années 80. Depuis quelques années, de nombreux pays montrent un intérêt grandissant pour cette approche, y compris la France.

L'*Open dialogue* 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 aimeraient bien voir Open dialogue entrer dans les offres de soins faites aux souffrants psychiques et à leurs familles-proches. Pour l'instant, l'équipe Open Dialogue n'existe pas encore.

Un groupe s'est constitué qui rassemble des personnes concernées, des familles-proches et des professionnels. 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.

PODCAST

POUR EN SAVOIR PLUS SUR L'OPEN DIALOGUE



Écoutez notre émission sur RCF du 5 septembre 2022 en accédant aux podcast santé de RCF **en cliquant ici !**



RENDEZ-VOUS !

AIDANTS, UN TEMPS POUR TOUS



Un salon et des rencontres à Quetigny

La FEDOSAD organise cette rencontre pour les aidants de Côte-d'Or à l'occasion de la Journée nationale des aidants.

Salle La Colline à Quetigny. Entrée gratuite.
Ouverture de 14h00 à 17h30.

Informations et inscription au 03 80 70 29 29.

RÉUNION DU CONSEIL DES BÉNÉVOLES



Définir les priorités de l'UNAFAM en Côte-d'Or

La prochaine réunion du Conseil des bénévoles de la délégation UNAFAM 21 se tiendra le 18 octobre et travaillera le plan d'actions de l'UNAFAM pour la période 2024-2028 dans le cadre de notre nouveau Plan stratégique national.

1^{ÈRE} SEMAINE DIJONNAISE DES HANDICAPS



La Ville de Dijon lance cette initiative pour mettre un coup de projecteur dans la ville sur le sujet des handicaps, lui donner de la visibilité en s'appuyant sur la communication de la ville, donner la parole aux acteurs, développer un écosystème autour du handicap pour toujours plus d'inclusion.

DEUX GROUPES DE PAROLE À SEMUR-EN-AUXOIS

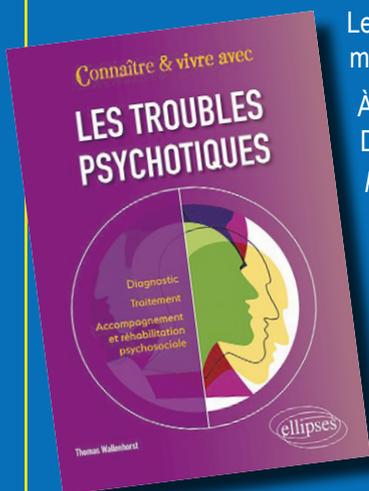
AVEC LE DR THOMAS WALLENHORST

Depuis 2002, une formation pour les membres de la famille de patients atteints de troubles psychotiques est organisée au sein du Pôle Psychiatrie et Santé Mentale du Centre Hospitalier de Semur-en-Auxois. C'est un « groupe de parole » à vocation thérapeutique. Il est animé par un ou plusieurs professionnels. Le but est d'informer sur différentes maladies psychotiques, de permettre aux membres de la famille de rencontrer les professionnels, de faire part de leurs soucis, de leurs doutes et espoirs et de rencontrer d'autres familles touchées par le même problème. Une grande place est laissée à l'expression des familles pour leur donner une possibilité de réfléchir avec les professionnels sur la façon de parler avec le malade et de gérer les problèmes de comportement qui peuvent survenir. La participation à un tel groupe de formation permet de puiser dans ses propres ressources et de les développer pour mieux faire face aux problèmes.

Les thèmes travaillés pendant les rencontres mensuelles ont régulièrement été mis à jour.

À partir de septembre 2023, le livre du Dr. Thomas Wallenhorst : « *Les troubles psychotiques* » sera utilisé en tant que référence pour l'échange pendant les rencontres.

Les rencontres ont lieu dans une salle de réunion au rez-de-chaussée du bâtiment Santé Mentale du Centre Hospitalier de Semur-en-Auxois, il s'agit de réunions mensuelles, un mardi par mois d'une durée de deux heures, de 14h00 à 16h00.



Les prochaines dates : 3 octobre, 7 novembre et 5 décembre.

Si vous souhaitez participer, il est indispensable de vous inscrire au secrétariat de l'Unité de Psychiatrie Adultes et Addictologie au 03 80 89 64 72.

LES TROUBLES DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE

DEUX ÉMISSIONS SUR RADIO RCF

Dans cette première émission, le 5 juin dernier, ces troubles sont définis et plus particulièrement l'anorexie. Ecoutez à ce sujet, au micro de Catherine Norguet de l'Unafam, le Dr Ducherpozat, médecin généraliste à la Clinique Jouvence Nutrition, à Messigny- et-Vantoux : **Retrouvez ici l'interview du Dr Ducherpozat.**

Le deuxième volet, le 3 juillet, a porté sur les troubles du comportement alimentaire : la boulimie et l'hyperphagie.

Ecoutez le Dr Ducherpozat, au micro de Catherine Norguet de l'Unafam en cliquant ici !



L'ASSOCIATION « DÉPENDANCES 21 » POUR LA PRÉVENTION DES ADDICTIONS

Une nouvelle vidéo décrit le rôle de l'association « Dépendances 21 », ce qu'elle apporte pour la prévention des addictions et l'accompagnement des personnes et de leur entourage. Cette vidéo complète ainsi le catalogue des « vidéos prévention » de France Assos Santé. *«Prendre soin des personnes souffrant d'addiction et de leur entourage : le rôle de l'association Dépendances 21»*

Pour voir la vidéo, cliquez ici !

Pour en savoir plus : Dépendances 21 : 6 rue La Fontaine à Dijon, 03 80 30 54 13.



CE BULLETIN A ÉTÉ RÉALISÉ AVEC LE SOUTIEN DE :



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