



GRUPE DE PAROLE- FAMILLES / GRENOBLE

Ce groupe de parole Unafam est un lieu d'échanges et d'écoute pour des personnes (familles et amis) vivant avec un proche souffrant de troubles psychiques. **Il est animé par une psychologue clinicienne, Mme Anne Sophie Pico et coordonné par une bénévole référent Unafam concerné(e) par la maladie psychique (un pair-aidant), Catherine Brun.**

Le groupe de parole est un lieu :

- De partage, d'échange, d'écoute mutuelle. Il permet à chacun d'être entendu et compris sans peur de jugement.
- D'entraide entre les participants par les encouragements réciproques basés sur des expériences similaires. Le groupe devient alors témoin des avancées et des évolutions de chacun(e) dans son parcours personnel. Il permet ainsi une meilleure compréhension de la maladie. Grâce à cet « entre nous » dynamisant et réconfortant, les participants arrivent progressivement à mieux vivre au quotidien et à réfléchir à de nouvelles attitudes avec son proche.
- Qui permet aux participant(e)s de sortir de l'isolement.
- Qui permet de passer d'une attitude essentiellement réactive à un état où la réflexion redevient possible. Il s'agit de se remettre en mouvement après la période parfois très longue de choc et d'errance du début de la maladie.

Afin d'instaurer la confiance au sein du groupe, des règles doivent être respectées : discrétion, confidentialité, ne pas juger, ne pas monopoliser la parole, savoir écouter l'autre.

Chaque groupe se réunit **une fois par mois (soit 10 séances sur l'année civile)**. **Un engagement des participants à une assiduité régulière est demandé.**

Calendrier et lieu :

Lieu : Maison des associations - Salle 309 - 6 rue Berthe de Boissieux- 38000 Grenoble

Dates : Le groupe se réunira **les mercredis de 18h30 à 20 heures aux dates :**

22 janvier ; 19 février ; 18 mars ; 15 avril ; 27 mai ; 17 juin ; 16 septembre ; 7 octobre ; 18 novembre ; 16 décembre

Une participation financière est demandée de 90 €/personne ou 160€ pour un couple, pour la totalité des 10 séances. (N'hésitez pas à nous faire part de difficultés financières). Possibilité de faire 2 chèques.

Par ailleurs, merci de vérifier que vous êtes à jour de votre cotisation à l'UNAFAM pour 2020 (Des bulletins d'adhésion sont à votre disposition au local)



N'hésitez pas à nous contacter pour toute question ou information complémentaire.

Bien cordialement,

Catherine Brun
Référent UNAFAM

Françoise Braoudakis
Déléguée départementale

Bulletin d'inscription à retourner par mail (38@unafam.org) ou par courrier à : Unafam38,
Maison des Associations, 6 rue Berthe de Boissieux, 38000 Grenoble **avant le 31 janvier**
2020.

Je souhaite m'inscrire à un Groupe de Parole de Grenoble

Nom : ...

Prénom(s) :

Adresse postale :

Tel (fixe et/ou portable) :

Adresse électronique :

Je suis adhérent(e) Unafam : Oui Non (rayer la mention inutile)

Pour démarrer le groupe il faut au minimum 8 personnes (maximum 12)