

LA LETTRE DU MOIS

MARS

L'Edito

Françoise Braoudakis,

Présidente Déléguée

*Départementale
de l'Unafam*

Isabelle Pot,

Vice-Présidente

*de la Délégation
départementale*

de l'Unafam

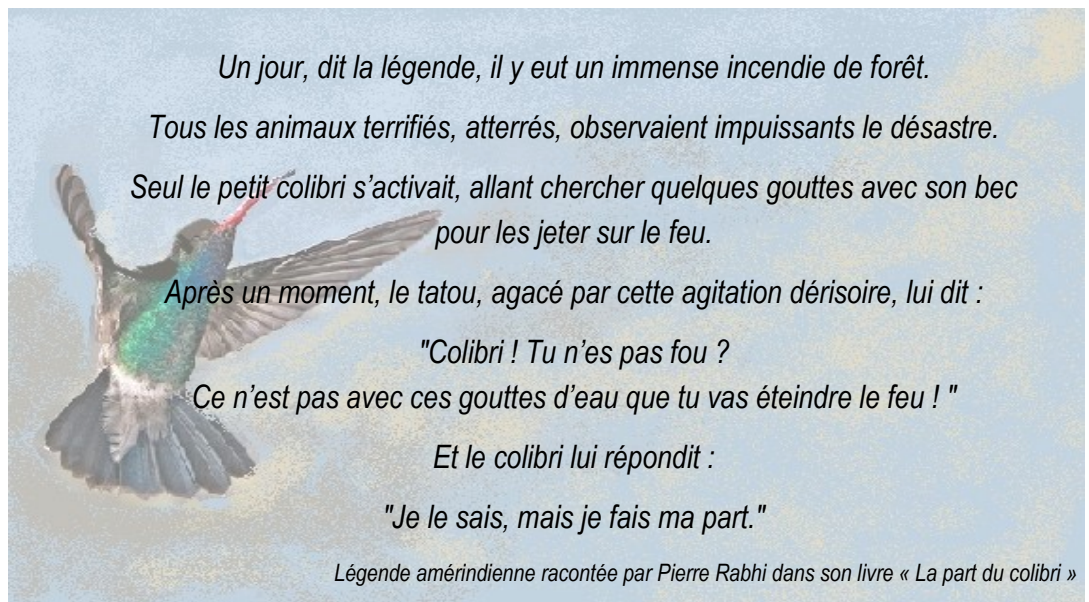
Et si chacun de nous était un « colibri »

En février, les 15 ans de la loi 2005 nous ont permis de voir toutes les avancées de ces dernières années et aussi tout le travail à accomplir !

Le mois de mars est riche en événements : **les journées de la schizophrénie, les Semaines d'information sur la Santé Mentale (SISM) et la journée mondiale des troubles bipolaires.** De nombreuses manifestations sont prévues.

Et si chacun de nous était un « colibri » en invitant quelques personnes de son réseau amical à un ciné-débat ou toute autre manifestation proposée dans notre Lettre du mois ?

Une occasion, à notre niveau, d'échanger, de mieux faire connaître les troubles psychiques, de changer les regards du grand public en commençant par nos amis et connaissances.



Merci pour « la part » que chacun fait.

Bonne découverte de notre Lettre de mars, bonne lecture !

Nous espérons vous rencontrer nombreux lors de ces manifestations qui donnent de l'espoir à tous.

Dans cette Lettre

1 Edito

2 Calendrier des Formations

3 Permanences Unafam

4 **Agenda**

Journées de la
Schizophrénie (JDS) du 14
au 21 mars

5 SISM du 16 au 29 mars

6 Journée mondiale des
troubles bipolaires

7 **Informations**

CALENDRIER DES FORMATIONS UNAFAM 2020

GRENOBLE et SUD GRESIVAUDAN

- ◆ **2 Groupes de parole familles** : 1fois/mois, le mercredi ou le jeudi.
Prochaines réunions : mercredi 18 mars ou jeudi 19 mars
Plus de renseignements [ici](#), Inscriptions [là](#)
- ◆ **Groupe de parole Frères et sœurs** : selon la demande en février ou mars
- ◆ **Groupe de parole Après soi** : selon la demande
- ◆ **Mieux communiquer avec son proche bipolaire** : samedis 28 mars et 4 avril
Plus de renseignements [ici](#), Inscriptions [là](#)
- ◆ **Journée Troubles Psychiques** :
Crolles : samedi 16 mai et Grenoble : samedi 17 octobre
Plus de renseignements [ici](#), Inscriptions [là](#)
- ◆ **Atelier d'entraide PROSPECT** sur 3 jours : samedis 13, 20 et 27 juin, *Plus de renseignements [ici](#),*
- ◆ **Formation PROFAMILLE** avec le C3R : Elle est ouverte à tous les membres de l'entourage familial d'une personne souffrant de **schizophrénie ou de troubles apparentés**. Réunion initiale obligatoire **fin juin 2020** pour commencer la formation courant septembre. *Plus de renseignements [ici](#)*

BOURGOIN-JALLIEU

- ◆ **Groupe de parole familles** : 1fois/mois, le jeudi. **Prochaine réunion le 9/03** -
Plus de renseignements [ici](#) , Inscriptions [là](#)
- ◆ **Atelier d'entraide PROSPECT** sur 3 jours : samedis 28 mars et 4 avril et dimanche 5 avril - *Plus de renseignements [ici](#), Inscriptions [là](#)*
- ◆ **Journée Troubles Psychiques** : samedi 26 septembre
Plus de renseignements [ici](#) , Inscriptions [là](#)

VIENNE

- ◆ **Groupe de parole familles** : 1fois/mois, le mercredi. **Prochaine réunion le 11/03** de 18h30 à 20h00 - *Plus de renseignements [ici](#) , Inscriptions [là](#)*
- ◆ **Journée Troubles Psychiques** : **samedi 7 novembre**
Plus de renseignements [ici](#) , Inscriptions [là](#)

Plus d'informations sur le site unafam.org/38

FORMATIONS
UNAFAM - 2020

3 SECTEURS



Changement de date !

ACCUEIL DANS LES PERMANENCES UNAFAM

- ◆ **Grenoble** Maison des associations, 6 rue Berthe de Boissieux :

!! Les accueils individuels du mardi se font dorénavant sur RdV

Accueil individuel : tous les mardis de 17h00 à 19h00 **sur 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

Centre de Documentation et d'Information : le 1er jeudi du mois de 17h30 à 19h

- ◆ **Voiron**

Conviviales : le 1er mercredi du mois, de 18h00 à 20h00 au **Centre social Charles Béraudier**

- ◆ **Bourgoin-Jallieu**

Accueil

- ◆ Maison des Associations 73 rue de la Libération, salle Hypatie d'Alexandrie le 1er et 3ème jeudi du mois de 16h00 à 18h45, sur RdV au 07 82 51 74 58
 - ◆ Maison des Usagers de l'ESMPI : le 2ème et 4ème mardi du mois de 14h00 à 16h00 sur RdV de préférence.
 - ◆ Permanence CHPO (Centre Hospitalier Pierre Oudot) le 1er mardi du mois de 15h00 à 17h00 sur RdV de préférence.
- ◆ **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

Les permanences unafam à la Maison des Usagers* du Centre Hospitalier Alpes Isère (CHAI), dans les cliniques du Bassin grenoblois et à l'APEX peuvent être consultées sur le [site de l'unafam isère](#)

La Maison Des Usagers (MDU) du CHAI est un lieu d'accès à des informations (maladie mentale, santé, logement, travail, loisirs...) et un lieu de rencontres avec les associations et le chargé des relations avec les usagers.

PERMANENCES UNAFAM

ISERE

**Nouveau sur Voiron !**

REUNION
CONVIVIALE**GRENOBLE**

Maison des Associations

**1ère conviviale sur Voiron !**REUNION
CONVIVIALE**VOIRON**Centre social
Charles BéraudierREUNION GOUVERNANCE
ET BENEVOLES**GRENOBLE**

Journée de SENSIBILISATION

ST EGREVECentre Hospitalier Alpes
Isère - Chapelle

JDS

GRENOBLE

Stade Bachelard

EN MARS**Mardi 3 mars de 17h00 à 19h00** se tiendra à la Maison des Associations de Grenoble, **la réunion conviviale.**

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 qui font suite à un premier entretien individuel peuvent servir de «Sas» avant d'intégrer un groupe de parole ou une formation, destinés aux aidants familiaux.

Rencontre gratuite sans inscription, après l'accueil individuel préalable.

Les prochaines conviviales auront lieu les 7 avril et 5 mai

Mercredi 4 mars de 18h00 à 20h00 se tiendra au centre social Charles Béraudier de Voiron, **la réunion conviviale.**

Chaque premier mercredi 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.

Rencontre gratuite sans inscription.

Lundi 9 mars, à 10h00 et 13h30**Les prochaines réunions de Gouvernance et de Bénévoles Actifs se dérouleront respectivement à 10h00 et 13h30, en salle 300**

Les prochaines gouvernances auront lieu les lundis 6/4, 11/5, 8/6

Les réunions des Bénévoles Actifs (BA) les 11/5

Jeudi 12 mars, à 9h00 et 17h00

Journée de sensibilisation pour une intervention précoce en psychiatrie

Plus d'informations [en suivant ce lien](#) - Inscriptions limitées**17èmes Journées de la Schizophrénie du 14 au 21mars****« Se rétablir de la schizophrénie n'est plus une fiction »****Samedi 14 mars de 19h00 à 21h00**

Afin de soutenir les Journées de la Schizophrénie, un stand d'information sera installé à l'entrée du stade pour vous distribuer de la documentation, lors de la rencontre de football américain : Black Panthers - Les Centaures



St Martin d'Hères

Université Grenoble Alpes
Amphi 1

JDS

Marché de **Voiron**

JDS

GRENOBLE

Caserne de Bonne

Mardi 17 mars de 18h00 à 20h00

Conférence et table ronde sur le thème du rétablissement animée par le Dr Julien Dubreucq, psychiatre grenoblois du Centre référent de réhabilitation psychosociale C3R.

Cette conférence sera suivie d'une table ronde avec des échanges entre proches de personnes concernées, et des professionnels de l'éducation et de l'accompagnement des personnes touchées dans leur santé mentale

Plus [d'informations ici](#)

Mercredi 18 mars et samedi 21 mars

Dans le cadre des **Journées de la Schizophrénie (JDS)**, un **stand** informera le public sur toute question se rapportant à ce trouble psychique.

Jeudi 19 mars de 10h00 à 19h00

Un **stand d'information** vous accueillera pour vous renseigner sur la schizophrénie.

Semaines d'Information sur la Santé Mentale SISM 2020

du 16 au 29 mars

Le thème de l'édition 2020 portera sur « **Santé mentale et discriminations** »

Cette thématique permettra d'aborder d'une part, l'impact des discriminations, sur la santé mentale des personnes qu'elles touchent, d'autre part, les discriminations auxquelles sont confrontées les personnes concernées par les troubles psychiques.

Nord-Isère et Isère rhodanienne

◆ Café-psy

jeudi 12 mars de 10H00 à 12H00 Marché de Bourgoin-Jallieu
samedi 14 mars -10H00 à 12H00 Marché de Villefontaine/Les Roches

◆ Journées portes ouvertes

mardi 17 mars 2020 - 10H00-16H30 - Résidence Accueil ALPA
mardi 24 mars de 10H00 à 18H00 - L'Abeille Vie
jeudi 26 mars de 14H00 à 16H00 - la MDU
vendredi 27 mars de 10H00 à 18H00 - OxyGEM

◆ Conférence-débat

Mercredi 18 mars à 20h00

« *Discrimination et précarité* » - Salle Amphi du Conseil Départemental à Bourgoin-Jallieu



♦ **Ciné-débat :**

jeudi 19 mars à 20h00 « Joker » au Fellini à Villefontaine

jeudi 26 mars à 20h00 « Chacun pour tous » au Kinépolis à Bourgoin-Jallieu

♦ **Théâtre d'impro** (les Carafonds/les Space Gones)

vendredi 27 mars à 20H00 Hall Grenette à Bourgoin-Jallieu

[Programme complet ici](#)

Grenoble et Bassin grenoblois**Lundi 16 mars à 18h30**

La projection du film « **le handicap psychique, l'importance de l'accompagnement** » sera suivi d'un débat en présence du réalisateur, Michel Szempruch.

Mercredi 25 mars, de 14h30 à 16h00

Pièce de théâtre **Billy deux pieds sur terre**, par la compagnie Alged Insolite fabriq jouée par des personnes concernées par des troubles psychiques;

[Plus d'informations ici](#)

Judi 26 mars, de 9h00 à 14h00

Dans le cadre des SISM, l'IREPS (Instance Régionale d'Education et de Promotion Santé) vous propose une matinée-débat ayant pour thème « **la stigmatisation : Quel impact sur la santé mentale et le pouvoir d'agir ?** »

Plus d'informations [en suivant ce lien](#) - Inscription obligatoire

Mercredi 25 mars de 9h00 à 16h00

L'Unafam participera à la **6ème journée mondiale des troubles bipolaires**, organisée par le **Centre Expert des Troubles Bipolaires** du CHU Grenoble Alpes.

Cette année, la manifestation sera dédiée aux « **Innovations dans la prise en charge personnalisée des Troubles Bipolaires** ».

Vous trouverez [le programme complet ici](#)

Inscription gratuite mais **obligatoire** au CEBP@chu-grenoble.fr ou au 04 76 76 62 88

Nombre de places limitées.



FIMS DE MICHEL
SZEMPRUCH

GRENOBLE

Cinéma Le Club

THEATRE

FONTAINE

Centre social Romain Rolland

MATINEE-DEBAT

ST EGREVE

Centre Hospitalier Alpes
Isère - Chapelle

JOURNEE MONDIALE
Troubles Bipolaires



LA TRONCHE

CHU
Salle Gilbert Faure

GROUPE DE
PAROLE AFTOC

GRENOBLE

Maison des Associations
6 rue Berthe de Boissieux

CONFERENCE

LYON

Amphithéâtre Université
90 rue Pasteur - 69007

ESAT MESSIDOR

ST MARTIN D'HERES

2 Rue du Mayencin

UDAF

GRENOBLE

2 rue de Belgrade

Œuvre Falret

SÉJOURS RÉPIT

Samedi 28 mars à partir de 14h00

Réunion du **groupe de parole** de l'Association Française des personnes souffrant de Troubles Obsessionnels Compulsifs (AFTOC)

Contactez Pierre au 04 78 36 89 25 ou 06 50 87 68 03

Les prochains groupes de parole se dérouleront les samedis 11/04 et 13/06

Mardi 31 mars à 19h00

La fondation Neurodis propose une conférence : **Troubles mentaux, la double peine ?** Le Pr Eric Fakra, chef de service du pôle psychiatrie du CHU de Saint-Etienne nous parlera de la schizophrénie et de la prévention possible pour lutter contre sa discrimination. Le Dr Benoit Eyraud, Maître de conférences à Lyon abordera cette question sous l'angle plus large des discriminations liées à la santé mentale.

Plus de [renseignements et inscription ici](#)

INFORMATIONS

L'ESAT Messidor dont la mission est de faciliter la reprise d'une activité professionnelle de personnes présentant un handicap psychique vous propose des réunions d'information régulières, préalables à toute demande d'intégration dans l'ESAT.

Inscription au 04 38 37 46 21

Point conseil Budget de l'Union départementale des associations familiales (UDAF)

Vous rencontrez des premiers signes de difficulté financière ?
Vous avez des crédits à la consommation et/ou des impayés qui s'accumulent ?
L'UDAF peut vous aider .

Plus [d'informations ici](#)

L'association Œuvre Falret propose aux proches aidants ou personnes concernées par la maladie psychique différentes modalités de séjours avec, pour certains la possibilité de suivre un atelier d'entraide Prospect animé par l'Unafam.

Plus [d'informations ici](#)

La première publication des usagers de l'Hôpital de jour de la MGEN, la « **Nouvelle Revue** » a choisi comme thème les jardins conjugués. Vous pouvez vous la procurer à la MGEN ou à la librairie Le Square, 2 place Léon Martin à Grenoble.

La présentation de la Nouvelle Revue par le Dr Régis Patouillard [est à consulter ici](#)

