

# LA LETTRE DU MOIS

## JANVIER

Chers adhérents, chers sympathisants,

Une Bonne Année 2021,

C'est ce que nous vous souhaitons à tous, après cette année 2020 très perturbée.

Nous espérons une amélioration de la situation sanitaire, mais aussi sociale et économique avec le début des vaccinations contre la COVID 19.

Nous souhaitons que nos proches concernés par la maladie psychique reçoivent les soins, l'aide et le soutien auxquels ils ont droit et qui leur ont souvent fait défaut pendant le premier confinement.

Trop de familles ont dû accueillir et aider au quotidien leurs proches sortis prématurément d'hospitalisation, avec un accès difficile aux lieux de soins, d'activités et de loisirs, et pour certains, l'arrêt de leur activité professionnelle.

Les bénévoles de la Délégation de l'Isère n'ont pas baissé les bras; ils ont continué à accueillir, soutenir et conseiller les familles en difficulté et parfois en détresse. Les accueils, les groupes de parole et les réunions conviviales ont été maintenus au téléphone ou en visio-conférence. Des rencontres du CDI ont été proposées. Nous avons organisé fin octobre la première formation PSSM.

Les projets sont nombreux pour 2021 : Nouveaux groupes de parole, réunions conviviales à thème, formations pour les familles, participation aux journées JEDS ( journée européenne de vos droits en santé), SISM... Dans l'attente de vous rencontrer, à nouveau, dès que possible.

Gardons espoir dans un avenir solidaire et fraternel !

Restons en lien !



### Edito

**Françoise Braoudakis,**

*Présidente Déléguée*

*Départementale*

*de l'Unafam*

**Michèle Leclercq,**

*Vice-Présidente*

*de la Délégation*

#### Dans cette Lettre

- |   |   |
|---|---|
| 1 | Edito   |
| 2 | Accueil et formations à l'Unafam 38   |
| 3 | Agenda  |
| 4 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Actualités</li> <li>• Vidéos du mois sur le site <a href="http://unafam.org/38">unafam.org/38</a></li> </ul> |

## ACCUEIL ET FORMATIONS UNAFAM 38

Pour vous inscrire aux accueils, conviviales, groupes de parole et formations contactez le **04 76 43 12 71** ou **38@unafam.org**

Nous vous rappelons que nous avons renforcé notre **accueil téléphonique** en réactivant notre **cellule d'accueil et de soutien**, créée pendant le 1<sup>er</sup> confinement **pour les familles accompagnant un proche souffrant de troubles psychiques** sur le territoire de l'Isère.

Pour être recontacté par les accueillants de cette cellule, téléphonez directement au 04.76.43.12.71 du lundi au jeudi 9h -12h30 / 13h30 -18h et vendredi 10h30 -13h .

### • Accueils individuels par téléphone ou visioconférence

#### Bassin grenoblois et Sud Isère

Un **accueil sur RDV**, est assuré par les bénévoles pair-aidants famille, **tous les mardis** de 17h00 à 19h00 et le **2ème et 4ème vendredi du mois** de 11h00 à 13h00.

#### Nord-Isère

- **Bourgoin-Jallieu** Accueil, le **1er jeudi du mois de 16h00 à 18h**, sur **RdV** au 04 76 43 12 71
- **La Tour du Pin** Accueil, le **1er mercredi du mois**, à partir de 16h00, sur **RdV** au 04 76 43 12 71

#### Roussillon et Vienne

Accueil **sur RdV** en téléphonant au 06 52 81 39 86

### • Réunions conviviales par visioconférence

- **Grenoble**, le premier mardi du mois de 17h à 19h
- **Voiron**, le 1er mercredi du mois de 18h à 20h

### • Groupes de Parole

- **Grenoble, Bourgoin-Jallieu et Vienne**, les **groupes de parole familles** débiteront fin janvier ou début février (éventuellement, en visioconférence, dans un premier temps)
- **Grenoble**, des groupes « **Frères et soeurs** » et « **Après-soi** » sont prévus ultérieurement

### • Formation Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM)

- **Grenoble**, Vendredi 22 et samedi 23 janvier 2021

Devenez, vous aussi, secouriste en santé mentale !

Consultez la [plaquette d'information sur la formation](#) et la [vidéo de présentation](#)

PERMANENCES

D'ACCUEIL



CONVIVIALES

VISIOCONFERENCE



GRUPE DE PAROLE

**GRENOBLE  
BOURGOIN  
VIENNE**



## AGENDA

Au niveau de l'unafam nationale, le **service écoute famille** reste ouvert.

Pour y accéder, composez le n° du service écoute 01 42 63 03 03

Pour une aide faisant appel **aux avocats ou au psychiatre ou concernant plus particulièrement l'accompagnement des enfants et adolescents**, contactez le 01 53 06 30 43.

### EN JANVIER

#### Mercredi 13 janvier 2021 de 18h à 19h en visioconférence

**La Rencontre du Centre de Documentation et d'Information (CDI)** portera sur le documentaire « **la Corde sensible** » en présence de Jules de Guillebon, l'un des réalisateurs. Il s'agit ici d'un film regroupant une dizaine de témoignages de différents points de vue sur l'importance de la santé mentale de chacun.

-----  
Pour participer à la rencontre, les adhérents recevront une invitation de la délégation.  
-----

### EN FEVRIER

#### Jeudi 4 février 2021 à partir de 9h00

Handiréseaux38 vous invite à suivre le colloque « **Handicap et sexualités : Pour une éthique de l'accompagnement.** » au Centre des Congrès du World Trade Center de Grenoble

Pour toute information concernant le programme et l'inscription Contactez :  
vie-associative@handireseaux38.fr ou 04 76 62 28 18

### EN MARS

#### Du samedi 13 mars au samedi 20 mars

Rendez-vous pour la **18ème édition des Journées de la schizophrénie.**

#### SISM 2021 : le respect des droits à l'honneur

La 32e édition des **Semaines d'information sur la santé mentale (SISM)** aura lieu cette année du **lundi 4 au dimanche 17 octobre 2021 et non en mars** sur le thème : **Santé mentale et respect des droits**. Ce sera d'ailleurs le sujet central du Sommet mondial de la santé mentale, qui sera organisé en France en Octobre 2021, par le Ministère des Solidarités et de la Santé.



CDI

visioconférence



REPORT EN OCTOBRE

Semaines d'information  
sur la santé mentale

## ACTUALITES

- **Maison de l'Autonomie (MDA)** - Continuité des services - contact : 04 38 12 48 88
- **CHAI - Dispositif d'écoute assuré par des psychologues pour les bénéficiaires de soins et leur famille.** De 10h à 20h en semaine Tél 04 76 95 00 04
- **L'Institut Régional Jean Bergeret** ainsi que **L'Instance Régionale d'Education et de Promotion Santé Rhône Alpes Auvergne-Rhône-Alpes (IREPS)** proposent des recueils de nombreuses ressources en santé mentale en lien avec la situation actuelle

### Nos VIDEOS du mois

en cliquant sur

[www.unafam.org/38](http://www.unafam.org/38)

#### **Enquête de santé « Maladies mentales, SOS familles en détresse »**

Reportage suivi d'un débat, animé par Marina Carrère- d'Encausse avec l'intervention de la Présidente de l'UNAFAM, Marie-Jeanne Richard.

#### **« A l'endroit de nos failles il y a des ressources étonnantes »**

Témoignage lumineux sur le rétablissement par Philippa Motte, personne concernée, avec une bibliographie des auteurs qui l'ont aidée.

#### **Partage d'expérience pendant le confinement**

Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) du Bas Rhin.

#### **Clôture du colloque 2020 de l'UNAFAM**

Synthèse des différentes interventions par Marie Jeanne Richard, présidente de l'UNAFAM.