

# LA LETTRE DU MOIS

## MAI

*La Délégation sera fermée du 8 au 10 mai ainsi que du 20 au 22 mai.*

### Dans cette Lettre

- 1 **Unafam 38**
  - Accueils– Conviviales
- 2 ➤ Permanences et groupes de parole
- 3 ➤ Agenda de l'Unafam  
Assemblée Annuelle  
**Nos partenaires**
  - Agenda
- 4 ➤ Informations
- 5 ➤ **Vidéo du mois :**  
Les addictions

Retrouvez toutes nos informations sur le site de la délégation 38  
<https://www.unafam.org/38>

et

Rejoignez-nous sur notre page facebook



### Permanences Unafam sur rendez-vous : Accueils individuels

- **Grenoble**, prendre RV au 04 76 43 12 71.  
Accueil tous **les mardis** de 17h00 à 19h00 et **les 3 premiers vendredis** du mois de 12h à 14h, à la Maison des Associations, 6 rue Berthe de Boissieux 3ème étage, bureau 309.  
**Mardis 7, 14, 21, 28 / 05 et Vendredis 3, 17 / 05**
- **Voiron**, prendre RV au 07 68 02 97 86 ou 07 83 96 36 27 (Laissez un message, vous serez recontacté dans les 24h)  
Accueil selon RV au 6 av. Léon et Joanny Tardy
- **Bourgoin-Jallieu**, prendre RV au 07 82 51 74 58  
Accueil **les 1<sup>er</sup> et 3<sup>ème</sup> jeudis du mois** de 16h00 à 18h45 à la Maison Diedierichs, 16 place J.J. Rousseau,  
**Jeudis 2 et 16 / 05**
- **La Tour du Pin**, prendre RV au 06 32 04 97 77 ou 07 82 51 74 58  
Accueil **le 1<sup>er</sup> mercredi du mois**, à partir de 16h00, 5 impasse Romain Bouquet (près de la poste)  
**Mercredi 1 / 05**
- **Roussillon et Vienne**, sur RV au 06 52 81 39 86

### Réunions conviviales

*Les conviviales sont ouvertes aux familles après un premier entretien individuel*

- **Grenoble**, inscription par mail au [38@unafam.org](mailto:38@unafam.org)  
Réunion le **1<sup>er</sup> et le 3<sup>ème</sup> lundi** du mois de 17h à 19h, à la Maison des Associations, 6 rue Berthe de Boissieux  
**Lundi 6/05 (Exceptionnellement ce mois-ci, une seule réunion)**
- **Voiron**, inscription par mail [38@unafam.org](mailto:38@unafam.org) **en précisant Voiron** ou par **SMS** au 07 68 02 97 86 ou 07 83 96 36 27  
Réunion le **1<sup>er</sup> lundi** du mois de 18h à 20h au 6 av. Léon et Joanny Tardy  
**Lundi 6/05**

## Permanences dans les établissements de santé, sur RV

- **St Egrève, Centre Hospitalier Alpes Isère** Maison des Usagers (MDU) 04 76 43 12 71  
1<sup>er</sup> **jeudi** du mois de 17h à 19h et 1<sup>er</sup> **samedi** du mois de 14h à 16h - [Cliquez ici pour consulter le planning et les ateliers du mois.](#)
- **La Tronche, Fondation Santé des Etudiants de France**, 4<sup>ème</sup> **lundi** du mois de 14h à 16h, hors vacances scolaires 04 76 43 12 71
- **Seyssins, clinique du Dauphiné**, le 2<sup>ème</sup> **jeudi** du mois de 17h à 19h sauf août ( sans RDV) pour les personnes concernées
- **Bourgoin-Jallieu, ESMPI**, Maison des usagers, le 2<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> **mardi** du mois de 14h à 16h tel 07 82 51 74 58 [cliquez ici pour consulter le planning](#)
- **Bourgoin-Jallieu, CHPO** (Centre Hospitalier Pierre Oudot), le 1<sup>er</sup> **mardi** du mois de 15h à 17h tel 07 82 51 74 58

## Planning des groupes de parole pour les aidants

Pour plus d'informations ou pour vous inscrire, contactez la délégation  
au 04 76 43 12 71 ou 38@unafam.org

*Les groupes de parole sont complets mais vous pouvez vous inscrire sur liste d'attente pour les groupes débutant en septembre.*

## Centre de Documentation et d'information

**Livres, périodiques, documentation en psychiatrie et en santé mentale**

Les **adhérents** peuvent consulter et retirer des documents à la Maison des Associations, 6 rue Berthe de Boissieux à Grenoble, Bureau 309, après avoir pris rendez-vous auprès de la délégation au 04 76 43 12 71.

## Consultation d'accompagnement parental

*Pour les parents ayant une difficulté de santé mentale et pour leurs conjoints ou ex-conjoints avec lesquels ils partagent l'autorité parentale*

**Consultation d'accompagnement parental** assurée par Hélène DAVTIAN, psychologue clinicienne et Chargée de projet Jeunes Proches et Parentalité (J3P) à l'Unafam Paris.

La consultation proposée est **sur rendez-vous, en individuel ou en couple, en visio ou par téléphone** : accompagnement-parental@unafam.org – 01 53 06 30 43 ( standard Unafam)

Pour plus d'informations, voici ce que propose Hélène DAVTIAN :

«La consultation s'adresse aux parents qui ont une difficulté de santé mentale, mais aussi à leur conjoint ou à leur ex-conjoint, ainsi qu'aux grands-parents qui jouent souvent un rôle éducatif important. Pour les parents, il est bien sûr difficile de considérer que son enfant puisse parfois souffrir des retentissements de sa maladie. En les accueillant avant tout comme des parents, il s'agit, dans cette consultation, de leur apporter du soutien dans leur rôle d'éducateurs sans mettre de côté les difficultés de santé mentale».

### PERMANENCES

DANS LES ETABLISSEMENTS  
DE SOINS



### GROUPES DE PAROLE



**Week-end du 25 et 26 mai à Marseille** au Dock des suds

L'équipe régionale de l'Unafam PACA est heureuse de vous présenter la programmation du Festival Relève qu'elle organise avec l'association ESPER Pro.

Conférences et ateliers se succéderont avec la participation de Roselyne Touroude (Référénte nationale Unafam pour l'accès aux droits des personnes en situation de handicap psychique et leurs famille, du Dr Nicolas Rainteau, de ClubHouse France, de l'association Raptor Neuropsychy ...et tout au long de la journée stands d'information, expos, Bibliothèques vivantes, Microtrottoir, concerts, café Rencontre Aidants avec l'Unafam,

*Pour en savoir plus, cliquez [ici pour consulter le programme](#) . Pour s'inscrire aux [ateliers c'est ici](#) et pour les personnes concernées et leurs proches la réservation de [votre billet c'est là](#).*

**Samedi 15 juin à Grenoble**, Espace personnes âgées Malherbe, 6 rue Ninon Vallin**Assemblée Annuelle de l'Unafam 38**

Notre Assemblée aura pour thématique '**les addictions dans les troubles psychiques**' avec la participation du **Pr Clément Dondé**, médecin psychiatre au CH Alpes Isère, du **Dr Olivier Jenny**, responsable de l'intersecteur d'addictologie du Centre hospitalier Alpes Isère et d'associations en lien avec l'addiction.

*Inscrivez-vous au 04 76 43 12 71. Programmation complète dans la prochaine Lettre de juin.*

**Agenda de nos partenaires****Lundi 13 mai de 14h30 à 15h30 à St Egrève**, Maison des Usagers (MDU), Bât.4, 1<sup>er</sup> étage, Centre Hospitalier Alpes Isère (CHAI)

Atelier échanges sur le **tabac** : '**le tabac sans tabou**' animé par Mme Laurence Fabaron, infirmière tabacologue.

La Maison des Usagers propose chaque mois, des ateliers thématiques de prévention, **ouvert à tous** : familles et/ou bénéficiaires de soins hospitalisés ou non au CHAI.

*De préférence sur inscription via [mdu@ch-alpes-isere.fr](mailto:mdu@ch-alpes-isere.fr) ou au 04 76 56 46 38*

**Mardi 14 mai de 8h30 à 18h en ligne**

1er forum emploi dédié aux troubles psychiques proposé par **PositiveMinders** : **«Forum Emploi et Santé mentale»**

*Cliquez [ici pour consulter le programme](#)*

**Jeudi 16 mai de 15h à 16h30 à La Mure**, Maison du département, 2 rue du Pont de la Maladière

Le CCAS vous invite au **Café des aidants** autour de la thématique **«Ne pas se laisser envahir»**.

*Cliquez [ici pour consulter le programme de l'année](#) contact 04 57 48 11 11*



**Save the date !  
Réservez cette date !**





## Mardi 4 juin de 10h à 15h à St Martin d'hères, 2 rue de Mayencin

L'ESAT Messidor vous invite à sa journée 'Portes Ouvertes' pour découvrir les activités et les Services aux entreprises et ses activités d'accompagnement.

Confirmez votre présence au 04 38 37 46 20 ou [saintmartindheres@messidor.asso.fr](mailto:saintmartindheres@messidor.asso.fr)

## Jeudi 6 et vendredi 7 juin à Marseille, Palais des Congrès

12<sup>ème</sup> Congrès Réhab' «Rétablissement : Ensemble, bougeons les lignes !» proposé par Santé mentale France.

Cliquez pour [consulter le programme](#) ou le tarif préférentiel pour [les familles et usagers](#)

## Samedi 8 juin de 9h à 17h à Villefontaine, 19 av Benoit Frachon

Séminaire sur la dépression, comment la vaincre et prévenir le suicide.

Inscription sur [epe.interne@free.fr](mailto:epe.interne@free.fr) **avant le 27 mai** Pour consulter le programme [cliquez ici](#)

## Mardi 11 juin de 18h à 19h30 à St Martin d'Hères, CASM ( Centre Ambulatoire de Santé Mentale) 8 place du Conseil National de la Résistance

**Vous avez un proche qui souffre de schizophrénie ?** Le C3R vous propose de participer à la **réunion d'information et d'inscription** préalable pour intégrer le groupe de **psychoéducation 'Profamille'** qui débutera en septembre.

Renseignements Claire Delorme, neuropsychologue 04 56 58 88 00 ou [cdelorme@ch-alpes-isere.fr](mailto:cdelorme@ch-alpes-isere.fr) **Inscription mardi 11/06 à la réunion d'information**, [Plus d'informations en cliquant ici](#).

## Informations

### CALIPSO - Centre Ambulatoire de Liaison, Intervention Précoce, Suivi et Orientation

Le **CALIPSO** est un centre spécialisé dans le dépistage et l'intervention précoce dans les troubles psychotiques débutants à destination des personnes de **16 à 35 ans** présentant des **symptômes à risque de psychose** ou un **premier épisode** psychotique ou évoluant depuis **moins de 3 ans**.

Cette structure dépend du Centre Hospitalier Alpes-Isère (CHAI) à Saint-Egrève.

Il vous propose une **évaluation rapide et pluridisciplinaire** pouvant déboucher sur un **accompagnement personnalisé** si des symptômes de psychose débutante sont présents ou sur une **orientation adaptée aux besoins**.

Vous pouvez joindre un membre du CALIPSO 7j/7 de 9h à 17h par tél : 04 76 56 47 48 ou par mail : [contact\\_calipso@ch-alpes-isere.fr](mailto:contact_calipso@ch-alpes-isere.fr) [Plus d'informations en cliquant ici](#)



### Témoignages du Réseau profamille :

« J'étais tellement épuisée que je ne me sentais pas la force d'aller suivre une formation comme Profamille. Finalement, c'est le contraire qui s'est passé ! La participation à Profamille a rapidement réduit ma fatigue et m'a redonné de l'énergie. »





**OXYGEM** «Le GEM est un espace où l'on se retrouve pour recréer des liens sociaux entre les personnes concernées par la souffrance psychique»

Le **GEM de Villefontaine** vous accueille tous les après-midi à partir de 14h jusqu'à 18h ou 20h selon les jours.

Pour plus d'informations [cliquez ici](#)



**GEM L'Abeille Vie** «Le GEM n'est pas un lieu de soin mais un lieu qui fait du bien...Et aussi qui soigne !»

Le **GEM de Bourgoin-Jallieu** vous propose leurs activités du lundi au vendredi de 13h30 à 18h

Pour plus d'informations [cliquez ici](#)



**GEM L'Heureux Coin**

Le **GEM de Grenoble** vous propose le planning de ses temps forts du mois.

Vous pouvez consulter le programme [en cliquant ici](#)

## Vidéo du mois

(Cliquez sur le titre pour y accéder)

### Et tout le monde s'en fout HORS SERIE #4 - Les addictions -

«La notion d'addiction est assez difficile à comprendre et à expliquer sans rentrer dans des justifications scientifiques et un lexique médical complexe.

Pourtant, la chaîne 'Et tout le monde s'en fout' a réussi à faire un brillant mélange entre explications claires, humour et mise en scène déjantée dans leur vidéo hors série dédiée à répondre à la question : **c'est quoi l'addiction ? Comment apparaît-elle ? Comment fonctionne-t-elle et comment le cerveau réagit à celle-ci ?**» Le fonds Addict'AIDE

*Début mai.  
Il neige, vente, gèle.  
Mais que fait le printemps ! ?  
N'a-t-il pas chassé l'hiver ! ?*

*Non, il l'accueille,  
content.  
Son froid compère,  
courtois,  
avant de prendre congé,  
revient,  
nous dire « au revoir ».*



Magali Pat