



UNAFAM 69  
Métropole de Lyon et Rhône

## Le mardi 8 avril : gardez la date, c'est l'Assemblée Annuelle de l'UNAFAM 69

Chers adhérents, chers sympathisants, chers partenaires,

Nous vous remercions chaleureusement pour votre présence en nombre le 13 février à la conférence consacrée au plan de crise conjoint (quel que soit son nom), un outil essentiel de l'alliance thérapeutique. Grâce aux interventions des représentants des trois hôpitaux du Rhône, nous avons pu constater son déploiement effectif ou en cours. La soirée s'est conclue sur un moment particulièrement marquant : le témoignage d'une famille et d'une personne concernée.

Nous avons le plaisir de vous inviter à l'**Assemblée Annuelle de l'UNAFAM 69**, Métropole de Lyon et Rhône, un temps fort de l'année où nous partagerons avec vous **le bilan de nos activités**. Cette rencontre sera également **l'occasion d'explorer quelques interventions non médicamenteuses en psychiatrie** à travers deux approches complémentaires : celles de [Frédéric Haesebaert](#), Psychiatre et Docteur en Neurosciences, et de [Christophe Buffavand](#), Ergothérapeute Équipes Mobiles & Centre Ressource Réhabilitation.

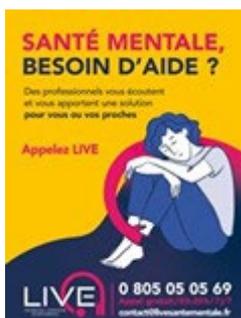
**Votre invitation vous parviendra fin mars. En attendant, gardez la date du jeudi 8 avril de 18h00 à 20h00.**

### L'équipe des bénévoles de l'UNAFAM 69

Par téléphone  
04 72 73 41 22

Par mail  
[69@unafam.org](mailto:69@unafam.org)

Site internet  
[Unafam 69](http://Unafam69)



La ligne téléphonique  
d'information et d'orientation  
en santé mentale

**Live**

propose une écoute  
7j/7, de 8 h à 20 h  
au **08 05 05 05 69**

## ACTIVITES et SERVICES AUX FAMILLES de L' UNAFAM 69

### Les groupes de parole



Le **groupe de parole** offre un lieu d'**échanges** et d'écoute pour les proches d'une personne vivant avec des troubles psychiques.

C'est un **temps de pause**, un espace privilégié qui permet d'être entendu(e), compris(e) et de s'exprimer sans jugement et en toute confidentialité.

A noter :

Les groupes de parole se déroulent **une fois par mois** (hors juillet et août).

Si vous êtes intéressé(e), prenez rendez-vous pour un accueil en appelant le 04.72.73.41.22.

#### Le saviez-vous ?

La délégation 69 Métropole de Lyon et Rhône propose **17 groupes de parole** sur le département dont 2 à Villefranche-sur-Saône et 1 en visioconférence.

Ces groupes sont spécialisés en fonction du lien que vous avez avec votre proche malade : **parents, enfants, conjoints ou frère/sœur**.

Les groupes de parole sont coordonnés par un **bénévole** UNAFAM et animés par un(e) **psychologue** qui favorise les échanges des participants, répartit équitablement le temps de parole, enrichit et recentre la discussion en donnant des repères susceptibles de faire progresser le groupe.

Les participants doivent être adhérents. Une participation financière est demandée.

## FORMATIONS ET JOURNÉES D'INFORMATION UNAFAM 69

Accédez **gratuitement** aux modules d'**e-learning thématiques**, sur notre plateforme **Form'aid@nts**, pour préparer et enrichir vos journées d'information.

**Deux nouveaux modules de formations en ligne gratuites conçus par l'Unafam**

**Mieux accompagner un proche souffrant de troubles anxieux**

[Accès à Form'aid@nts ici](#)



Comment stimuler la motivation chez un proche vivant avec des troubles psychiques.

**Vendredi 23 mai 2025  
(17h00-21h00), et  
Samedi 24 mai 2025  
(09h30-17h00)**



### **Adapter sa communication avec un proche souffrant de troubles bipolaires**

Cette formation permettra aux proches aidants

- D'utiliser les leviers de communication pour échanger de la façon la plus adaptée avec son proche atteint de troubles bipolaires, quelle que soit la phase de la maladie dans laquelle il est.
- De transmettre des outils pour permettre aux proches de se distancer, se préserver et se ressourcer.

**Samedi 12 avril 2025  
Samedi 7 juin 2025**

### **Journée d'Information sur les troubles psychiques**



#### **Notions de base sur :**

- Les maladies psychiques
- Les différents soins possibles
- Le handicap psychique

#### **Connaissance du "monde" de la psychiatrie :**

- Organisation
- Structures sanitaires et médico-sociales
- Associations œuvrant dans le champ de la psychiatrie

#### **Objectifs :**

- Acquérir des repères
- Partager nos difficultés
- Reprendre espoir
- Donner envie de rencontrer des pairs-aidants

**Samedi 22 mars 2025**

### **Mieux accompagner un proche souffrant de schizophrénie**



### **Cette journée abordera les questions suivantes**

- Que faire lorsque son proche refuse de se faire aider ou lors de l'arrêt des traitements
- Accompagner le moment présent (l'importance du rôle des proches)

- Mieux réagir dans les situations difficiles (conduites agressives, risques suicidaires)
- Construire et développer un réseau de soutien

- Le rétablissement est possible

**Samedi 29 mars 2025**  
**Journée d'information sur la dépression**  
**sévère et résistante**



**Cette journée vous permettra d'aborder**

- Les stratégies thérapeutiques adaptées
- Les ressources disponibles pour vous et votre proche
- Les attitudes aidantes
- Les actions et réactions en cas d'idées suicidaires
- Le besoin de se préserver

**PROCHAIN ATELIER D'ENTRAIDE PROSPECT à LYON**

**Samedi 14, samedi 21 et dimanche 22 juin**  
**2025 - (3jours)**



**Objectifs de cet atelier :**

- Vous permettre d'identifier, grâce au travail collectif de réflexion et d'élaboration avec les animateurs.trices, des savoir-faire et des stratégies pour une **reprise en main de votre propre vie**
- Vous donner la possibilité de construire des **projets d'avenir**.

La dynamique de l'atelier repose sur **l'aide de pairs à pairs**.

La participation est gratuite (repas compris).

*Une journée Après-Prospect, 6 à 9 mois après l'atelier, permet aux proches aidants de poursuivre le travail engagé, en reprenant et en approfondissant les savoir-faire.*

Bon à savoir !

Toutes les formations UNAFAM 69 sont organisées à Lyon et sont gratuites

Vous pouvez nous contacter au : 04.72.73.41.22

Si vous souhaitez en savoir plus sur toutes les actions de formation et d'information qui vous seront proposées par l'UNAFAM sur l'année 2025 rendez-vous sur :

[Le site de l'UNAFAM 69](#)

## LES INFORMATIONS DE NOS PARTENAIRES

### Lancement de Léo 2.0, programme de psychoéducation numérique gratuit



#### Lancement de Léo 2.0

Le programme de psychoéducation numérique pour **les aidants**



Le Centre Lyonnais des Aidants en Psychiatrie (CLAP) du Vinatier et la Fondation FondaMental ont le plaisir de vous inviter au lancement de Léo 2.0, un programme de psychoéducation numérique gratuit dédié aux aidants de personnes vivant avec un trouble psychiatrique ou un trouble du neurodéveloppement.

Cet événement se tiendra le 19 mars 2025 à 14h00 et sera accessible en ligne via Zoom.

[Retrouvez toutes les informations ici](#)

### Le programme de l'édition 2025 du "Printemps des Aidants" de la Maison de Répit. C'est un évènement ouvert à TOUS !



📞 Infos & réservations : 06 23 69 54 27 / 04 69 85 99 94

Chaque jour, des milliers d'aidants consacrent du temps et de l'énergie à accompagner un proche en perte d'autonomie.

Mais qui prend soin d'eux ?

Le Printemps des Aidants revient en 2025 pour leur offrir une pause bienvenue, un espace d'écoute et des moments de convivialité.

**Du 7 au 11 avril, la Maison de répit de la Métropole de Lyon ouvre ses portes** pour une semaine dédiée à la santé, au bien-être et aux droits des aidants. Cet événement est une invitation à se rencontrer, à partager et à

📍 Rendez-vous à la Maison de Répit –  
41, avenue du 11 novembre 1918,  
69160 Tassin la Demi-Lune.

découvrir des ressources précieuses pour alléger le quotidien.

**LIRE, ECOUTER, VOIR**

## **Trouble schizophrénique et place de l'écriture poétique dans un parcours de rétablissement**

**vendredi 4 avril 14h00-16h00**

*Trouble schizophrénique et place de l'écriture poétique dans un parcours de rétablissement*



**Rencontre avec  
Martin Sekoian, poète**  
accompagné à la guitare  
par **Lotfi Bechellaoui,**  
pair-aidant

**Vendredi  
04 avril 2025  
14h-16h**

Plus d'informations ici :



**LE VINATIER**  
PSYCHIATRIE UNIVERSITAIRE  
LYON METROPOLE



Le Vinatier  
Tiers lieu Synapse (bât. 314)

Inscription :  
bibliotheque-crr@ch-le-vinatier.fr

La Bibliothèque du Centre Ressource de réhabilitation psychosociale vous convie à une rencontre autour de "Un crépuscule sanglant" second recueil de poèmes de Martin Sekoian, écrit en 2024.

Il proposera une lecture de ses poèmes, accompagnée à la guitare par Lotfi Bechellaoui, pair-aidant rencontré lors de son suivi au Vinatier.

La lecture sera suivie d'un échange sur son parcours de vie et son expérience d'écriture.

Ouvert à tous - Nombre de places limité

[\*\*informations et inscription ici\*\*](#)

## **Nous avons besoin de votre soutien**

Agir avec nous, c'est rejoindre **une communauté** pour briser l'isolement des familles, les aider à trouver des solutions pour leurs proches et défendre leurs intérêts communs.

En devenant **adhérent**, **donateur** ou **bénévole**, vous soutenez nos actions en faveur des personnes vivant avec des troubles psychiques et de leur entourage : ensemble nous sommes plus forts !

Pour adhérer, renouveler votre adhésion ou faire un don, vous pouvez le faire dès à présent par chèque adressé par courrier à l'UNAFAM 69

**Contactez-nous pour devenir bénévole**  
**par mail à l'adresse mail : [69@unafam.org](mailto:69@unafam.org)**