Lettre d'informations - Novembre / Décembre 2020

Edito

Bon Jour

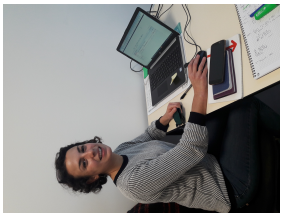
Dans cette newsletter de novembre-décembre, sont citées une douzaine de noms d'associations, de structures ou de collectifs et les mots écrits nous invitent à rester engagés : échanges, engagements, projets, rencontres, rassemblements, accompagnements, soutiens, encouragements, invitations…
Tout ceci est le témoin de la vitalité, du dynamisme et de l'élan dans la continuité de notre engagement et de notre citoyenneté afin d'éviter les ruptures et maintenir les liens pour faire vivre la solidarité.
Merci à vous qui nous transmettez ces informations et merci aux salariées de la Maison Associative de la Santé qui en permettent la diffusion.

Huguette Le Gall
Présidente- Maison Associative de la Santé

Actualités de la Maison Associative de la Santé (MAS)

FERMETURE DE FIN D'ANNEE

A l'occasion des fêtes de fin d'année, nous vous informons que l'accueil de la Maison Associative de la Santé sera fermé :
Du 23 décembre au soir au 03 janvier inclus
La réouverture s'effectuera le 04 janvier à 14 heures.



Juliette Molinero rejoint l'équipe salariée!

La MAS a le plaisir d'accueillir Juliette Molinero au poste de chargée de mission en prévention du suicide et santé mentale. Durant 4 mois, elle aura pour objectif la réalisation d'un diagnostic portant sur ces deux domaines, afin de recenser les dispositifs existant et les besoins des acteurs. Juliette a précédemment coordonné une M.A.I.A et la mise en place d'un C.L.S.M. De belles compétences pour une belle collaboration en perspective!

La MAS travaille son nouveau projet associatif

La réécriture du nouveau projet associatif est lancée ! De beaux échanges en perspective: nos valeurs, nos actions à venir, nos envies…
Le groupe de travail, composé de deux membres du C.A. et d'une salariée, sollicitera prochainement les associations adhérentes et les partenaires pour co-construire cette feuille de route essentielle à nos actions. Venez enrichir et

contribuer à ce projet dans les mois à venir !

Conférence sur les Troubles Causés par l'Alcoolisation Foetale

Le Collectif Alcool et Addictions, coordonné par la MAS, organise en partenariat avec l'Association Nationale de Prévention en Alcoologie et Addictologie (ANPAA) et l'Association Vivre avec le SAF, une conférence sur les TroublesCcausés par l'Alcoolisation Foetale. Cet événement, réservé aux futurs professionnels de santé, aura lieu le jeudi 19 novembre par visioconférence.

« Vivre bien avec une maladie chronique »

Le programme d'éducation thérapeutique de la MAS démarre mais il est encore temps de s'inscrire ! Contactez nous au 02 99 53 48 82

Atelier 1: Faire connaissance et comprendre ensemble les maladies chroniques
Samedi 7 novembre/10h-12h
Atelier 2: Me nourrir, entre équilibre et plaisir
Vendredi 20 novembre/10h-13h
Atelier 3: Connaître et gérer ses émotions
Samedi 5 décembre/10h-12h
Atelier 4: Estime de moi, de la tête aux pieds
Samedi 12 décembre/10h-12h
Atelier 5: Ma vie affective et sexuelle
Samedi 16 janvier 2021 / 10h-12h
Atelier 6: Je bouge et je m'éclate en respectant mon corps
Samedi 30 janvier 2021 / 10h-12h

Programme

Retour sur la Semaine d'Information sur la Santé Mentale (SISM) de Rennes "Santé mentale et discriminations"

" Pour cette édition 2020 de la Semaine d'Information sur la Santé Mentale, le collectif SISM, coordonné par la MAS et la Ville de Rennes, a produit 10 projets de grande qualité malgré le contexte sanitaire actuel ! Du 5 au 10 octobre, les conférences, expositions, spectacles etc. ont réuni plus de 360 personnes. La santé mentale est un sujet encore méconnu voir tabou, il est important que l'ensemble des citoyens prenne conscience que cela nous concerne tous ! Le forum sur la Place de la Mairie, samedi 10 octobre, a été l'occasion de faire passer ce message, en abordant notamment les impacts de la crise sanitaire liée à la Covid-19 sur notre santé mentale".

Alicia Gendre- Chargée de projets à la MAS

Retour sur le programme de la SISM 2020

Actualités des associations adhérentes

La MAS a rencontré Fran Vauléon, bénévole à l'UNAFAM

Pouvez vous nous parler de votre association?

L'UNAFAM c'est l'Union Nationale des Amis et

Familles de personnes malades et/ou handicapées psychiques.

Les principales maladies psychiques sont les schizophrénies, les troubles bipolaires, la dépression résistante, les troubles anxieux et phobiques et touchent plus de 4% de la population française. 75% des personnes touchées sont accompagnées au quotidien par leur famille. Avoir un proche vivant avec des troubles psychiques sévères peut enfermer toute la famille dans la détresse. C'est pourquoi l'Unafam s'investit au profit des aidants. L'association reçoit les familles du 35 dans son local 4 avenue d'Italie à Rennes, ainsi qu' à St Malo/Dinard/Vitré/Fougères et Redon et à la Maison Des Usagers de l'hôpital Guillaume Régnier. Les familles peuvent participer à des groupes de paroles, des journées d'information sur les troubles de leurs proches comme la formation « Mieux communiquer avec un proche bipolaire », qui aura lieu les 14 et 21 novembre 2020. L'association a également un rôle essentiel auprès des instances dans le domaine de la santé mentale : ARS, MDPH, établissements de santé et médico-sociaux.

Pouvez-vous nous parler d'une action qui vous tient à cœur ?

Nous les bénévoles, nous sommes des pairs, c'est-à-dire que nous-mêmes avons un proche malade et nous savons comment cela impacte lourdement notre quotidien et notre santé. Nous avons tendance à nous oublier alors qu'il est indispensable de nous protéger, d'apprendre à lâcher prise et à nous créer un espace de bien-être. C'est l'objectif de l'atelier d'entraide Prospect intitulé « Faire face dans la durée à la maladie psychique d'un proche » que nous organisons sur 3 jours, les 6/7/8 novembre 2020.

Conçu par l'association EUFAMI (European Federation of Associations of Families of People with Mental Illness) et animé par des pairs, le programme Prospect s'adresse à toute personne concernée directement par la maladie d'un proche. Il aide à prendre du recul sur la maladie du proche, développer confiance et estime de soi et à identifier des méthodes pour faire face.

Lien vers la plaquette de présentation

https://www.unafam.org/sites/default/files/fichiers-joints/10-2019/D%C3%A9pliant%20atelier%20d%27entraide%20Prospect%202019.pdf

Quelle est la valeur qui vous anime, en un mot ?

L'adaptabilité aux changements de notre monde, à la maladie et aux évolutions de notre proche, mais vue de façon optimiste et enthousiaste en prenant appui sur toutes les aides qui nous permettent de "tisser notre filet de sécurité".

Si vous étiez un métier imaginaire, que seriez-vous ?

Je serais créatrice d'emplois adaptés aux difficultés réelles des personnes souffrant de troubles psychiques. Je leur proposerais un poste 'sur mesure' qui leur permettrait de trouver leur place ou dans la société et leur autonomie, dans le respect.

Programme et inscription

Le café discussion de LADAPT

LADAPT a le plaisir de partager avec vous son nouveau programme du café discussion pour le 2ème semestre 2020. Venez y échanger sur différentes thématiques telles que sur la "Semaine Européenne Pour l'Emploi des Personnes Handicapées", "Un jardin de liens et de bien-être à Maurepas : Le Ginkgo", "Explorons les mystères du cerveau".

Le lieu de ces cafés change : le rdv se déroule dorénavant au 200 av Général Patton, dans les locaux de la Cohue.

Le café discussion est ouvert à tous et a lieu le dernier mercredi du mois de 14h30 à 16h30.

Informations

Bistrot Mémoire Rennais

Le Bistrot Mémoire Rennais sort son agenda de novembre / décembre.
Au programme :
"Accompagner un proche touché par des troubles de la mémoire", "Restez zen savoir souffler", "Entretenir le dialogue avec un proche touché par des troubles de la mémoire".
Retrouvez-les également tous les mercredis 14h30-17h30 au Café-Restaurant "Les Grands Gamins" ! 40 Mail François Mitterrand / Rennes Arrêt de bus Le Mail.

Agenda Bistrot Mémoire Rennais

Ailleurs dans le monde associatif

Assises régionales de la vie associative

Organisées par le Mouvement Associatif Rennais (MAR)

Faire groupe, c'est se rassembler, discuter et créer du collectif pendant des moments conviviaux. Si la pandémie nous oblige à vivre différemment nos relations et nos engagements, la vie associative résiste pleinement et s'adapte pour répondre aux besoins sociaux et sociétaux. C'est l'objectif de ces Assises : coopérer pour changer !

Informations

Formations des bénévoles

La Maison des Associations (MDA) de Rennes propose plusieurs **formations à destination des bénévoles** au second semestre 2020 : «Trouver des partenaires et élargir son réseau quand on est une association», «La comptabilité de trésorerie», «Recruter, accueillir et fidéliser ses bénévoles»...

Le calendrier des formations

Soutien et information des aînés et des aidants

Une **maison des aînés et des aidants** vous accueille à Rennes, place du Colombier. Ce lieu d'information et d'accompagnement pour les aînés, leurs aidants et leurs proches propose des rendez-vous réguliers: santé, droit, aide au numérique etc.
Les habitants du reste de la Métropole peuvent s'adresser au C.L.I.C, le Centre local d'information et de coordination dont ils dépendent.

Programme

Ailleurs dans le monde de la santé

Journée régionale "l'ETP en mouvement" - 19.11.2020

Proposé par la SRETP - Structure Régionale d'Education Thérapeutique du Patient

En choisissant pour thème l'ETP en mouvement, la SRETP qui porte pour la première fois cette 6ème édition de la Journée Régionale ETP, n'imaginait pas combien le contexte de l'épidémie de Covid-19 inviterait encore plus « à

bouger et à se réinventer » pour rendre toujours plus accessible l'ETP à tous.

Site internet

Soutenir et encourager l'engagement des usagers dans les secteurs social, médico-social et sanitaire

La **Haute Autorité de Santé** promeut l'engagement des personnes soignées ou accompagnées sous toutes ses formes comme élément à part entière de la qualité des soins et des accompagnements. Elle publie une recommandation qui vise à promouvoir les démarches participatives de personnes soignées ou accompagnées dans tous les secteurs : sanitaire, social et médico-social. Ce premier travail, qui propose un socle de connaissances, sera suivi de travaux opérationnels.

Télécharger le document

Journée de sensibilisation "L'accueil des enfants différents"- 05.11.2020

Proposée par l'association MERLINPINPIN

Le **Pôle Ressource Petite Enfance et Handicap** de l'association **Merlinpinpin** propose une journée de sensibilisation à **"L'accueil des enfants différents".**
Au programme un temps de présentation et d'échanges à destination de tous les professionnels de l'accueil d'enfants de - de 6 ans, pour favoriser l'inclusion des jeunes enfants en situation de handicap ou atteints de maladie chronique dans le milieu ordinaire (structures petite enfance, accueil péri et extrascolaire, professionnels de la garde à domicile...)
Ce temps de sensibilisation se déroulera le **jeudi 5 novembre 2020** de 9h à 16h à Monterfil (Médiathèque- Maison du Pâtis).
Pour vous inscrire : contact@merlinpinpin.com ou par téléphone au 02.23.35.40.10

Programme et bulletin d'inscription

Maison Associative de la Santé
7 rue de Normandie
35 000 Rennes
02 99 53 48 82
maisonsante@orange.fr

www.maisondelasante.com

Cet e-mail a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}
Vous avez reçu cet email car vous vous êtes inscrit sur Maison Associative de la Santé.

Se désinscrire

Envoyé par sendinblue

© 2020 Maison Associative de la Santé