

## La lettre de la délégation de Loire-Atlantique

---

### Editorial



**351** : c'est au mois de Mai 2013 le nombre, jamais atteint, des adhésions à l'UNAFAM en Loire-Atlantique.

Après plusieurs années de stagnation autour de 300, en 2012 une dynamique semble s'être instaurée et un mouvement ascendant s'enclencher, durablement espérons-le.

Il ne s'agit pas ici d'une quelconque religion du chiffre pour le chiffre, mais de se réjouir en constatant que l'action des bénévoles de la délégation dans l'accueil, l'écoute, le soutien, est appréciée, porte ses fruits comme sont appréciées la représentation et la défense des usagers dans les instances sanitaires ou sociales (ARS, CDSP, Conseils de surveillance et CRUQPC des hôpitaux, MDPH etc...).

Dans un contexte de stagnation des adhésions au niveau national (depuis 7 ans, le seuil des 13000 adhésions semble infranchissable), cette progression en un an en Loire-Atlantique est la preuve de la vitalité de la délégation.

351 adhésions, cela représente un nombre beaucoup plus important de personnes adhérentes, les inscriptions étant souvent prises au titre de familles plus ou moins étoffées.

Surtout, ce chiffre constitue une promesse pour l'avenir. Plus d'adhésions signifie une augmentation des moyens de la délégation. N'oublions pas qu'à côté des subventions, notre délégation vit de la quote-part que l'association nationale lui reverse.

Promesse de façon plus déterminante encore d'augmentation du nombre de bénévoles impliqués. D'ores et déjà le « vivier » s'élargit: depuis 6 mois, 4 personnes ont rejoint la trentaine de bénévoles grâce auxquels une vie de la délégation et des actions qui se veulent autant de services rendus à la cause du handicap psychique sont possibles.

Ce modeste bulletin périodique a pour ambition de témoigner de cette activité.

*Jacques GOURDET, Président délégué de l'UNAFAM Loire-Atlantique*

## EVENEMENTS

### **La Semaine de l'Information sur la Santé Mentale (SISM) vécue à ANCENIS**

La Semaine de l'Information sur la Santé Mentale à Ancenis a vu se constituer un groupe de cinq partenaires tous confrontés de plus ou moins près à la maladie psychique. Dans ce groupe se sont retrouvés : le CMP d'Ancenis, les Amis de Raymond (une association qui accueille en court séjour des adultes handicapés dont des handicapés psychiques), l'Ecochère (un lieu de Vie pour personnes dépendantes), le GEM d'Ancenis et L'Unafam d'Ancenis .

Deux lieux (Varades et Ancenis) ainsi que deux dates avaient été choisis pour développer des animations très différentes et permettre aux personnes intéressées de participer aux deux.

A Varades , en lien avec le CIAS, l'accent a porté sur l'information sur les maladies psychiques à travers le diaporama de présentation de l'UNAFAM, par Jacques et Odile. Un apéritif dinatoire (sans alcool) organisé par les partenaires a servi à accueillir les personnes intéressées par le sujet des maladies psychiques. Sans avoir réalisé un décompte rigoureux , on estime raisonnablement à une centaine, le nombre de participants .

A Ancenis le groupe d'organisateur avait imaginé une soirée tout à fait différente, plus festive mais avec une grande profondeur d'implication de chacun. Ainsi une extraordinaire exposition photos consacrée « aux accueillis » des Amis de Raymond a montré toute la beauté des hommes et des femmes handicapés.

L'Ecochère a joué une pièce de théâtre de leur composition dans laquelle se mélangent des personnes dépendantes et des encadrants.

Des adhérents du GEM et des parents du groupe Unafam d'Ancenis se regroupent de temps en temps (on doit désormais compter 6 ou 7 rencontres) au sein d'un atelier d'écriture animé par Sabine Chagnaud (animatrice au GEM) . L'idée est venue de mettre en voix et en scène, les textes produits par les participants pour les donner au public lors de cette soirée. Avec l'aide d'un comédien-metteur en scène le groupe a produit un spectacle de grande qualité et donné toute la profondeur des sentiments qui les animent. Chacun a appris à connaître l'autre dans sa diversité et sa réalité quotidienne. Une cohésion est née des complicités entre les participants, mais au-delà, cette expérience a permis à chacun de faire grandir la confiance en soi tant pour les adhérents du GEM que pour les parents du groupe Unafam. Chacun a donné à l'autre une partie de lui-même, c'est la plus grande réussite...

*Dominique LEPELTIER*

### **La réunion annuelle des adhérents**

Le samedi 16 mars dernier, environ 70 personnes ont assisté à la réunion annuelle des adhérents à la Manufacture. Au cours de cette matinée, les membres du bureau départemental ont pu expliquer leur action dans divers domaines d'activités: l'accueil, les formations, la représentation et la défense des usagers, les actions de sensibilisation au handicap psychique, etc... Mais le moment phare de cette matinée a été l'exposé de M. Jacques Martin, Directeur des soins du CHS de Blain, à propos des nouvelles modalités de soins psychiatriques sans consentement prévues par la loi du 5 juillet 2011 dont la présentation dans les 15 jours suivant l'hospitalisation au juge des libertés et de la détention n'est que la plus emblématique. Un pot amical a clôturé cette réunion.

*Jacques GOURDET*

## **La création de l'Antenne UNAFAM « Estuaire-Presqu'île »**

La première pierre a été posée le 24 septembre 2012, à l'initiative du groupe UNAFAM - Nantes, représentée par Jacques Gourdet, Pierre Giraud, Odile Sampeur et Annie Brun. Lors de cette première réunion 8 familles étaient présentes.

### **- Un départ prometteur**

Au « noyau dur », 3 nouveaux participants se sont joints à nous, le 21 novembre. Le rythme des échanges est intensif, constructif, réconfortant et, chacun, chacune, sort de ces rencontres prêt à repartir pour un nouveau combat, saisissant que l'UNAFAM est une grande famille qui nous comprend, nous conseille et nous soutient. Le groupe se soude et, chaque mois une dizaine de participants est présent.

### **- Nos projets**

Depuis le 19 Décembre 2012, le prêtre de Guérande nous prête une salle. Nous sommes en recherche, si cela est possible, d'un autre local, ce qui permettrait d'accueillir des familles (1 après-midi par mois). Nous souhaitons avancer en proposant un groupe de paroles avec un psychologue. Le rythme de ces rencontres n'est pas encore défini. La projection du film, « Le fils de la Famille » est prévue ; nous sommes à la recherche d'une salle. Pour augmenter nos échanges, nous envisageons de rencontrer l'antenne d'Ancenis

### **- Quelques impressions :**

- -- Pour Brigitte Dandé le fait de rencontrer régulièrement des parents dont l'enfant souffre de la même maladie que sa fille est réconfortant. « Je me sens moins seule, lors de ces réunions, je peux parler en étant comprise, sans donner d'explications. J'essaye de faire partager ma modeste expérience. Le fait de pouvoir contacter et demander conseil ou aide à des parents qui connaissent la maladie depuis plus longtemps, me fait réfléchir sur l'avenir, même si c'est angoissant. Enfin, j'ai pris conscience que l'UNAFAM représente une force, et que nous avons plus de chances, ensemble de peser sur la politique de notre pays »....
- - « Il est certain, souligne Daniel Charriau que ces réunions où chacun partage ses difficultés, ses avancées, ses reculs nous apportent tout à la fois de l'inquiétude, mais aussi du réconfort et de l'espoir. Nous avançons ensemble, et le partage de la parole et des informations nous fait avancer de mois en mois, même si nous savons que, du fait de notre malade, les choses seront difficiles pour longtemps »....

Grâce à Christine Chatal, notre organisatrice maison, une bonne dynamique s'installe, les réunions sont sympathiques et conviviales.

*Françoise PIAZZOLI*

## **La table ronde : Je suis handicapé psychique: j'habite où?**

L'idée de cette table ronde réalisée le 31 janvier 2013 est apparue lors d'une réunion de bénévoles. En effet la question de l'hébergement de nos proches est souvent un problème pour des motifs divers et variés, évolution de la maladie, impossibilité de vivre seul, troubles du voisinage, raisons économiques ; l'accès au logement est un souci majeur.

En même temps, la loi de 2005 sur le handicap affirme que les personnes en situation de handicap sont des citoyens à part entière et que la société doit essayer de compenser les effets du handicap...

Il semblait aussi à la délégation que ce « droit au logement » avait sur le terrain quelques débuts de réponse, même s'il reste encore beaucoup à faire dans ce domaine.

Cinq intervenants, un psychiatre, deux directeurs d'associations gestionnaires de structures, une

responsable d'établissement et la responsable du réseau de santé mentale de la ville de Nantes se sont ainsi succédés à la tribune, pour nous présenter les différentes modalités d'accueil et d'accompagnement en hébergement.

Lors des exposés ou des débats, plusieurs questions ont été abordées :

\*l'importance de l'accompagnement après une période de crise ou d'hospitalisation, et la nécessité de cibler à la fois un hébergement répondant aux capacités d'autonomie de la personne, et aux modalités d'accompagnement dans le domaine du soin.

\*chaque intervenant a également évoqué l'importance du respect de la personne ( la notion de sujet en projet, de parcours de vie, de droit à l'expérimentation de diverses formules...)

\*la personne en situation de handicap psychique est aussi sujet de droit : accès à la vie ordinaire, accès aux droits, le maintien dans le logement avec une sensibilisation des bailleurs sociaux : autant de questions qui ont donné lieu à interrogations.

\*enfin comment croiser soins et hébergement ? Quel seuil de tolérance en situation d'interruption de traitement ?

Il s'agit ici d'une brève synthèse des débats riches et passionnés de ce soir-là, mais qui nous ont démontré la nécessité absolue d'avoir toujours une approche globale de cette question de l'hébergement; nos proches ont besoin d'un environnement sécurisant, de lien social et d'un accompagnement, notions qui seraient à moduler selon leur possibilité d'autonomie.

Ce champ de réflexion constitue une priorité pour notre délégation en liaison avec nos partenaires du domaine médical et du domaine social.

*Odile SAMPEUR*

## **Une soutenance de thèse**

Le lundi 3 juin 2013, à la Faculté de médecine de Nantes, M. Antoine MAÎTRE, interne en psychiatrie a soutenu sa thèse sur le sujet suivant: « L'annonce diagnostique de la schizophrénie: au-delà des droits des malades ». Désormais docteur en médecine, M. Maître avait sollicité la délégation UNAFAM dans le but d'interviewer des familles sur leurs souvenirs et leurs réactions à cette annonce.

En effet, l'intérêt de ce travail de recherche réside dans la triple enquête auprès de psychiatres, de patients et de familles. Regard synthétique et croisé sur le pourquoi et le comment d'une telle annonce et sur son utilité, son opportunité pour ces trois composantes. Vives félicitations à M. Maître.

*Jacques GOURDET*

## **La journée Portes ouvertes résidence accueil « Bois Colombes » 2013**

La Résidence Accueil « Bois Colombes » a fêté cette année ses cinq années de fonctionnement. A cette occasion et en accord avec les résidents, nous avons organisé une porte ouverte sur le site central avec une participation active de tous.

En alliant le plaisir de préparer un buffet et la présentation de la résidence aux invités, les résidents ont donc pris en charge chaque arrivant pour dans un premier temps présenter un petit film sur la structure et puis échanger sur les modalités d'entrée et de fonctionnement de la résidence autour du buffet.

Cette porte ouverte a accueilli une soixantaine de personnes dont une majorité de personnes venant du soin, permettant ainsi un meilleur lien à venir pour les professionnels et les résidents. Ainsi, nous avons pu recevoir des personnes accompagnées de professionnels en quête de renseignements, des familles, mais aussi des voisins et des professionnels de structures voisines

dans leur fonctionnement.

Le retour des résidents a été très positif, dans le sens où chacun s'est mobilisé pour cette journée même si la démarche n'était pas aisée, elle a permis à tous de se retrouver autour d'un projet qui semble correspondre dans son accueil original à beaucoup de monde, au vu de la liste d'attente qui se constitue.

*Séverine FAUCHARD  
Responsable de Structure  
Résidence Accueil Nantes « Bois Colombes »  
25 rue de Bois Colombes  
44 700 ORVAULT  
02 40 40 97 52*



## L'Accueil dans la délégation 44



### L'équipe de l'accueil

Depuis quelques années, des changements significatifs sont intervenus au pôle accueil pour améliorer le service rendu aux familles :

Considérant que l'accueil est le cœur de notre mission, nous avons étendu les permanences téléphoniques du lundi au vendredi, de 9h à 19h. Chaque bénévole se relaie semaine après semaine pour réceptionner les appels qui, pour la grande majorité, émanent de familles en détresse. Il s'agit alors de se rendre disponible pour que la personne ressente à distance, la bienveillance et la légitimité de son interlocuteur. Celui-ci prendra le temps de l'écouter, voire de le rassurer, et dans tous les cas, de lui permettre de diminuer son désarroi, puis lui proposera un RV individualisé.

L'accueil individuel, a pris de l'extension également, puisque nous proposons 6 créneaux par semaine et que nous offrons la possibilité d'ajouter des RV pour une urgence ou pour s'adapter à des horaires particuliers, toujours dans le souci de répondre au plus près à la demande des familles. Nous savons, pour l'avoir vécu, combien il est important de se sentir compris et la réactivité de la réponse est importante !

L'entretien permettra à la personne reçue d'évoquer sans retenue sa situation, sa souffrance, ses peurs, ses incompréhensions....

Ce 1er contact, souvent très chargé en émotion, libère les non-dits et permet d'entrevoir un « autrement » ; en effet, même si les bénévoles n'ont pas de baguette magique, ils tentent d'insuffler une énergie nouvelle et rompent l'isolement si souvent décrit par la famille.

L'équipe se compose de 13 personnes, dont 7 assurent également les permanences téléphoniques.

Sur l'année écoulée, nous avons à regretter l'arrêt de 3 personnes (une accueillante est décédée et deux autres personnes ont des soucis de santé), mais nous avons accueilli 3 recrues.

Le nombre de personnes reçues est en forte augmentation, ce qui nous ravit, non pas que nous voulions « faire du chiffre » mais parce que nous voyons nos efforts pour nous mettre à la disposition des familles, récompensés.

L'accueil en 44, c'est aussi un groupe à Ancenis et, tout récemment, un groupe a vu le jour à Guérande.

*Annie BRUN*

## L'accueil des familles

**Permanences téléphoniques en Loire Atlantique pour prise de rendez-vous individuel du lundi au vendredi de 9h à 19h au 02 51 83 17 73.**

*L'accueil est au cœur de la mission de l'UNAFAM. Celle des accueillants consiste essentiellement à soutenir les familles pour apaiser, réconforter, renforcer l'énergie et l'espoir parfois défailants. Se sentir écouté et compris permet la libération de la parole salvatrice, de la douleur, mais aussi de reconnaître la maladie, voire de l'accepter ; cette parole partagée avec des pairs, ets souvent le début d'un lien, d'un appui sur lequel on sait pouvoir compter.*

### **NANTES**

*Rencontres mensuelles « Un autre regard », 5 rue Moquechien : le dernier samedi du mois (sauf Juillet et Décembre) de 10h30 à 12h30.*

### **ST NAZAIRE/PRESQU'ILE GUERANDAISE**

*Réunion de groupe d'expression à GUERANDE (renseignements au : 02 51 83 17 73)*

### **ANCENIS**

*RV pour des entretiens le lundi ou le samedi. Réunion du groupe de parole libre le 2<sup>ème</sup> mardi du mois de 20h à 22h. Espace Corail, 24 place Francis Robert à Ancenis.*

## LES FORMATIONS

### « Apprendre à faire face »

Depuis 2011, 2 « promotions » de parents ont bénéficié de la formation « Apprendre à faire face », qui est un programme psycho-éducatif. Il a pour but de permettre la compréhension et la gestion des conséquences au quotidien des troubles psychiques de nos proches malades. En s'appuyant sur des connaissances et des compétences ; cette formation nous permet de mieux comprendre les phénomènes auxquels nous sommes confrontés et d'accompagner nos proches de manière mieux adaptée.

Constitué de 12 séances à raison d'une par mois, animé par des professionnels de santé (psychiatres et cadre de santé), ce programme permet grâce à des échanges et à des exercices, de développer des apprentissages, un savoir être et un savoir faire.

A l'automne 2013, une troisième promotion aura, nous l'espérons, l'occasion de découvrir les bienfaits de cette formation.

*Mina VANDROMME*

## L'Atelier Prospect

(Propos recueillis près d'une personne ayant participé récemment à un Atelier Prospect) .

L'Atelier m'a permis de découvrir mes propres ressources pour mieux appréhender la maladie, ne pas se laisser totalement envahir , savoir en parler et prendre du recul .

Le tout dans un travail de groupe avec de la bienveillance et de la solidarité.

Le groupe , avec le soutien des deux pairs formateurs très à l'écoute a vraiment cheminé dans la réflexion avec un programme structuré permettant de balayer ce que nous vivons, mais aussi en repérant nos propres richesses .

Parfois, nous sommes tellement enfouis sous de telles pressions qu'on oublie que le monde extérieur existe et peut parfois avoir des ressources inattendues.

Ce que j'ai véritablement découvert, c'est la richesse des réseaux dans lesquels chacun de nous était inclus parfois même sans le voir .

Dans ce groupe j'ai pu constater l'ampleur de certaines souffrances vécues par certains d'entre nous, et du coup l'importance de continuer à se mobiliser à L'Unafam pour que ceci soit bien reconnu par les soignants, mais aussi d'une façon plus large par la société .

Nous avons convenu de nous retrouver ensemble 6 mois plus tard pour faire le point des objectifs que nous nous étions fixés " pour tenir le coup et exister", ce que nous avons fait avec quasiment tout le groupe avec beaucoup de plaisir ....

Et voilà que nous nous sommes donné rendez vous dans un an pour prendre des nouvelles des uns et des autres .

PROSPECT est un voyage en groupe pour apprendre à vivre avec la maladie de son proche , savoir l'accompagner et en même temps « Lâcher Prise » quand cela est nécessaire.

Je conseille à tous l'Embarquement pour cet atelier riche en échange et réflexions.

*Odile.SAMPEUR*

## **Les Formations UNAFAM**

### **- Les groupes de parole :**

*Actuellement, 3 groupes fonctionnent. Ils sont animés par un professionnel psychologue. L'intérêt que ce mode d'échange suscite et la forte demande exprimée par les adhérents, ne se démentent pas.*

### **- L'atelier Prospect :**

*Cet atelier de deux jours est ouvert à tous les adhérents désireux de progresser dans la manière de faire face à la maladie psychique d'un proche. Il s'appuie sur une méthode élaborée au niveau européen. Depuis 2010, deux ateliers Prospect sont proposés dans l'année, soit un de plus que les années précédentes.*

### **- La formation « Apprendre à faire face » :**

*Cette formation a pour but de permettre aux proches du malade d'appréhender la compréhension et la gestion des conséquences des troubles psychiques dans le quotidien. Elle s'appuie sur l'expérience et le vécu des proches pour revisiter les comportements et les croyances par rapport à la maladie, et pour formuler des pistes de conduites à tenir.*

### **- Les formations internes :**

*Les bénévoles de l'UNAFAM ont accès à différents stages de formation particulièrement intéressants et enrichissants, destinés à leur donner les compétences nécessaires dans le cadre de leur engagement au sein de l'association : stage de préparation à l'accueil des familles (MPA), stages pour préparer aux représentations assurées par l'UNAFAM, ....*

### **Votre adresse électronique nous intéresse :**

**A ce jour, 25% d'entre vous reçoivent encore des informations de l'UNAFAM par LA POSTE. Le coût de ces envois papier est élevé : alors merci de nous communiquer votre adresse mail à [44@unafam.org](mailto:44@unafam.org). Merci d'avance.**