

La lettre de la délégation de Loire-Atlantique



L'UNAFAM à la SISM 2018 à St Nazaire

EDITORIAL

Bonjour à tous !

Alors comment allez vous depuis notre dernière lettre? Nous espérons que, comme notre activité départementale, votre situation a un peu progressé. Lentement (on voudrait toujours que cela aille plus vite) mais sûrement !

A la délégation 44, comme d'habitude le semestre a été riche en activité avec un côté pile et un côté face...

Côté pile, les droits des personnes en situation de handicap restent fragiles: pas une place créée en 44 en résidence accueil (alors que des crédits dédiés ont été attribués). Vous avez aussi pris connaissance dans la presse du dernier rapport du contrôleur des libertés sur la situation des urgences du CHU de Saint Etienne (les patients hospitalisés étaient attachés dans leur lit pendant de nombreux jours sans cadre légal, faute de places en psychiatrie). En mai 2018, l'UNAFAM avec d'autres associations dépose une réclamation collective contre l'État français au Conseil de l'Europe.

Côté face plusieurs bonnes nouvelles en 44 !

L'ouverture effective du GEM Sud Loire (4 COFIL en 6 mois avec la participation de l'UNAFAM) et son inauguration le 16mai. La création du service d'accompagnement au travail en milieu ordinaire géré par l'ADAPEI, compétent sur la totalité du département, où les personnes en situation de handicap psychique doivent être priorités. La SISM 2018 « parentalité et santé mentale » a vu fleurir sur de très nombreux lieux du département, des initiatives diverses. Les bénévoles de l'UNAFAM y étaient présents avec de très nombreux partenaires ; vous pourrez le découvrir en parcourant la lettre. Le 23 mai 2018 nous avons été reçus par Mr Coiplet, directeur général de l'ARS (enfin!) et nous avons pu évoquer la gestion de crise et le traitement des urgences psychiatriques. L'écoute y a été attentive et nous avons pu exprimer toutes nos préoccupations sur ce point. La question de la santé mentale des

jeunes et l'organisation des soins sur le département a été abordée, et sur ce point il nous a semblé que des améliorations réelles se préparaient. Rendez vous a été pris pour nous retrouver fin 2018 pour un point d'étape sur ces deux préoccupations.

Bref, vous voyez nous avançons à petits pas....la question de l'hébergement avec accompagnement de nos proches reste prioritaire désormais. Vous trouverez dans ce numéro quelques activités de ce semestre, des références diverses très utiles, et un calendrier des activités diverses.
Bonne lecture et bel été.

Les bénévoles de l'UNAFAM 44, Odile Sampeur, déléguée départementale UNAFAM 44.

LES ECHOS de la SISM 2018 en 44

A St NAZAIRE et Presqu'île GUERANDAISE :

l'UNAFAM était, avec d'autres associations, pour présenter une expo visant à la déstigmatisation des troubles psychiques à l'Agora, et à la cité sanitaire.(v. l'article de Christine THOMAS, plus loin...)



A ANCENIS :

Depuis plusieurs années, la Semaine d'Information sur la Santé Mentale à Ancenis donne lieu à une organisation commune entre différentes associations en lien avec la Santé Mentale : le GEM, les Amis de Raymond (accueil de temps courts pour personnes souffrant de handicap mental), Une Famille un toit (une pension de famille pour personnes dépendantes), l'Unafam, l'Adar, le Centre Médico-psychologique d'Ancenis. Cette année le thème national sur la «parentalité» ne motivait aucune des associations ; nous avons donc décidé de chercher un thème plus fédérateur pour tous les acteurs locaux.

Partant du principe que l'Information traduit la volonté d'Exprimer de l'intérieur les difficultés liées à la Santé Mentale, nous avons choisi différents modes d'expression orale, écrite , artistique et d'en faire une soirée à destination du tout public.

Une dynamique s'est mise en place entre tous les participants, donnant lieu à de nombreuses rencontres riches d'échanges et de projets. Le groupe s'est arrêté sur une présentation autour de quatre pôles : le Gem et Une famille un toit présentent une animation avec un Kamishibai (voir la définition *) ; l'Unafam propose une lecture commentée d'extraits d'un livre : « Le coupe-ongle » (un journaliste relatant l'entrée de son fils dans la maladie psychique), un conte «les petits cailloux blancs» mis en scène par des adhérents, mettant l'accent sur des paroles positives, une exposition de peinture faisant suite à un atelier d'art plastique, une expo photo des Amis de Raymond, la musique avec un orchestre de trois musiciens bénévoles qui ont revisité les répertoires de Brel, Brassens, Nougaro etc... Le fil conducteur permettant de passer d'un pôle à l'autre était symbolisé par un parcours marqué au sol et balisé sur les côtés par les peintures créées lors de l'atelier d'art plastique. Une vidéo de la journée a été réalisée par le GEM. Cette animation a été visitée par environ 60 personnes.

Nous aurions souhaité plus de visiteurs, mais ce regret a été largement compensé par l'ambiance qui a prévalu lors de cette journée. Les familles adhérentes à l'Unafam ont très largement participé, tant lors de la préparation que dans la soirée. Les liens qui se sont tissés depuis plusieurs années entre les associations concernées se sont renforcés et ce résultat en lui-même est une grande réussite.

(* Kamishibai : sorte de théâtre de guignol. Le Gem et la pension de famille ont utilisé ce kamishibai pour expliquer leur vie au quotidien à travers des textes et des photos). (v. après article « A Châteaubriant)

Dominique LEPELTIER

A CHATEAUBRIANT

L 'Unafam et le gem de Châteaubriant

L'hôpital de jour adulte de Châteaubriant, le centre de soin pédopsychiatrique de Châteaubriant, ainsi que la médiathèque, ont uni leurs compétences pour organiser la SISM 2018 avec pour thématique; santé mentale, parentalité et enfance. Les journalistes de l'Eclaireur et de Ouest France ont fait paraître un article pour promouvoir l'évènement. L'ESAO (entente sism atlantique ouest), qui participe à l'organisation des Sism dans le nord Loire-Atlantique, s'est chargée de l'édition d'affiches et de flyers. Après plusieurs entrevues avec les différents acteurs, nous avons décidé de faire une exposition de livres à emprunter et de documents à la médiathèque (répertoriés par l'UNAFAM et le site des sismet disponibles à la médiathèque). L'hôpital de jour a réalisé une oeuvre commune exposée dans le hall de la médiathèque : un arbre à papillons à messages, appelé « l'Envol ». Le centre de soins pedopsy s'est chargé de la présentation d'un film. Pendant ces 15 jours, l'exposition a été libre d'accès, avec 4 permanences tenues par les membres du GEM et les bénévoles de l'Unafam. .De bons contacts ont été créés avec le public ; il y a eu de nombreux emprunts de livres et la documentation a été diffusée. Le dernier mercredi à la médiathèque, le film "les enfants de la rose verte" a été projeté par le centre de soins pédopsy, avec une présentation de leur travail. L'hôpital de jour a expliqué la conception de l'oeuvre avec les usagers. Le Gem a présenté son association et son rôle dans la cité ainsi que l'Unafam, auprès des familles .Le public était présent et le débat très intéressant, avec une équipe de soignants très investie .De bons échanges ont eu lieu avec un désir commun de mieux se connaître et de garder le contact . Une entrevue est prévue avant le bilan de l'Esao avec les partenaires. Le bilan ESAO aura lieu à Châteaubriant le 28 juin, suivi d'un après midi convivial.

Nicole DUPIN

Un kamishibai pour conter l'envie d'être heureux

Ancenis – Un collectif d'associations du pays d'Ancenis participe à la semaine d'information sur la santé mentale, mercredi prochain. Des résidents ont créé une pièce de théâtre sur papier.

L'initiative

« La création par les mots ou les maux. » Dominique plante le décor du kamishibai, une pièce de théâtre sur papier, un style de narration originaire du Japon.

Excitations de Nicole : « À partir de ces mots, les personnes choisissent leur expression : écriture, peinture, dessin, collage, photo... C'est beaucoup de travail avec des temps forts, comme Mickaël. Le thème sur l'abbé Pierre, je l'ai vécu dans la vie, à la rue. »

Il y a également fallu fabriquer le support, un chevalet en bois rouge gradué servant de support aux panneaux collants sur lesquels figurent les visages du récit, le kamishibai. Le vendredi après-midi, à la maison de famille Les Grenadières, version de famille Les Grenadières, une partie des résidents d'un collectif d'associations du pays d'Ancenis réalisent leurs textes. Ils se sont réunis.

À l'occasion de la semaine d'information sur la santé mentale, la douzième édition des représentations publiées de leur kamishibai, mercredi prochain, salle Loire, à l'espace Édouard-Lardrier, à Ancenis.

« J'ai des choses à vous dire »

Le thème national sur parentalité précoce, c'était une barrière, m'a dit Nicole. Au début du projet, j'étais venue d'arrêter mais comme j'ai écrit, j'ai été prise par ça. Le kamishibai, c'est une histoire. Écoutez-moi, j'ai des choses à vous dire !

« J'ai pris une cloche du micro et tracé le cercle d'un visage, suite, j'ai mis un smiley à l'intérieur avec un casque sur les oreilles. » Cela traduit, « l'écoute à l'écouter, de la poésie et de la



Le collectif du kamishibai, présente sa pièce de théâtre sur papier, le 21 mars, salle Loire de l'espace Édouard-Lardrier, à Ancenis.

musique. » Cette illustration constitue le premier des sept panneaux composant le kamishibai. Un processus de création qui a demandé plus d'une dizaine de rencontres entre résidents des différentes structures. Certains ne se connaissaient pas, mais « l'envie était là, donc la création est venue », fait remarquer David.

« J'aimerais, aujourd'hui, la troupe choisir la musique accompagnant le kamishibai. Nicole, décidément très musicienne : « Au début, on va choisir la musique classique et à la fin une

musique joyeuse ! »

Avec ce kamishibai, ils éleveront à coup sûr les préjugés sur les personnes atteintes de troubles psychiques. Face au public, il y aura, sans doute, un peu d'appréhension pour toute équipe totalement impliquée dans ce projet. Existes ! Le bonheur n'est pas dans la recherche de la perfection mais dans la tolérance de l'imperfection. Et si on se doit à demain. La petite troupe, à pris ces mots à son compte. Pas besoin de mots pour comprendre ou autour de ce kamishibai, une complicité s'est née entre voi-

dants. À voir, à entendre, à lire, à écouter, le long d'un chemin surprise parsemé de petits cailloux blancs, salle Loire. Et si on se doit à mercredi.

Bernard THOUAULT.

Mercredi 21 mars, à partir de 18 h 30, salle Loire, Espace Édouard-Lardrier, boulevard de Kirkeham, Ancenis. Contact auprès de la personne de famille de l'Escochère au 02 40 80 92 80 ou gaëlle.chafoisy@familiaux44.org

Un chemin d'expression et d'information

Le 21 mars, salle Loire, un collectif d'associations des résidents de différents lieux d'information d'associations et des espaces d'expression artistique. Une semaine avec l'information la création pour redonner la parole aux résidents, usagers et arts. Le long du parcours, une session de peinture sur tissu par Anne de Raymond, réalisées au le ateliers avec Claire Gouard, licenciée sans vieillesse.

En le premier espace, le public va assister au cours de la soirée,

à plusieurs représentations d'un kamishibai, une création collective de résidents de différentes structures.

Au second stand, l'Union nationale des associations de familles de personnes atteintes de troubles psychiques, il s'agit d'une décoration d'anniversaire d'un père à son fils.

Dans le troisième espace, les visiteurs assisteront à la découverte d'une création théâtralisée et les petits cailloux blancs, un conte autour de Martin l'archangeur, une invitation à regarder la vie autrement.

Un collectif d'assos pour redonner la parole

En pays d'Ancenis, un collectif d'associations a mené une réflexion autour de la création. Leur objectif est de lever les préjugés sur les personnes atteintes de troubles psychiques.

Associées, elles présenteront leurs créations, mercredi prochain, à l'espace Édouard-Lardrier, à Ancenis. Des résidents, usagers, parents s'exprimeront à travers différents moyens d'expression comme la peinture, le photo, l'écriture, etc.

Les organisateurs sont des personnes de l'Union nationale des associations et familles de malades ou handic-

apés psychiques ; des adhérents de l'Union nationale des associations de familles de personnes atteintes de troubles psychiques (44 Escochère Ancenis et Les Grenadières au Cgilles) ; des usagers des Anis de Raymond ; l'Association d'aide aux personnes à domicile ; le CMP (Centre médico-psychologique) de Saint-Germain du Centre hospitalier spécialisé de Blain.

Contact, Annuaire du Handicap en Pays d'Ancenis sur <http://www.35-11-44.org>

Le kamishibai, ou théâtre

A NANTES :

Troubles psychiques : un enjeu pour la fratrie ?

Pendant la SISM 2018, Didier Meillerand, journaliste, est venu présenter son livre « la poire en bois », témoignage de son parcours avec son frère aîné, souffrant de schizophrénie.

Voici « en vrac » quelques idées retenues lors de ce moment d'échange très intéressant, et chargé aussi d'émotions très fortes, notamment pour nous, qui étions parents au regard de notre propre histoire...

- La souffrance des frères et sœurs lors de l'arrivée et du déroulement de la maladie pour l'un d'entre eux, n'est pas suffisamment entendue. Tous, parents, soignants restent focalisés sur la personne concernée pour répondre à sa problématique et le vécu des autres personnes n'est pas entendu. Pourtant à ce moment là, et quel que soit l'âge des personnes (enfant, ados, adulte), il est nécessaire de se préoccuper de chacun, de prendre soin et de faire circuler la parole.
- Les frères et sœurs ressentent très en amont des adultes que « quelque chose ne va pas ». Il n'est pas possible de nommer ce ressenti, mais cette perception est très forte et les adultes s'en préoccupent rarement. C'est d'ailleurs une source d'angoisse indicible pour les personnes concernées. L'arrivée d'un diagnostic (avec sa fragilité car il peut évoluer au cours des années), peut éclairer et permettre une compréhension, même si revient parfois « la peur de lui ressembler »; mais rien n'est possible, si les mots et l'échange n'émaillent pas l'histoire familiale.
- Les relations fraternelles deviennent alors non équitables, avec une réelle dissymétrie ; « il faut parler fort pour être entendu » et attirer ainsi l'attention des adultes (cela ne fonctionne pas toujours même beaucoup plus tard...)
- La place dans la fratrie est bousculée. Pour Didier Meillerand, son frère est l'aîné, mais ses difficultés impliquent que l'auteur passe du statut de cadet à celui d'aîné...
- Parallèlement, Mr Meillerand attribue à l'état de santé de son frère, le développement chez lui de certaines qualités relationnelles qu'il a appris à intégrer: la vigilance avec laquelle il a vécu au sein de la fratrie, lui a donné une certaine « acuité » de l'autre, une forme de « mise en veille permanente » pour mieux comprendre ce qu'il ressent, y compris dans l'expression de sa parole (la poire en bois vient de son échange avec son frère qui voyait dans un objet qu'il venait de sculpter une poire en bois...alors que pour l'auteur une poire n'est jamais en bois).
- Parfois les frères et sœurs s'éloignent de la cellule familiale...cette prise de distance est souvent indispensable, voire nécessaire pour se retrouver, et elle n'est pas forcément symbole de rupture de lien. C'est parfois une étape, pour d'autres personnes c'est la seule solution...
- Enfin deux autres points ont été soulevés au cours du débat :
 - lorsque le désir d'enfant est présent pour un membre de la fratrie, se pose la question de la transmission pour son futur enfant de cette difficulté que l'on a appris à apprivoiser. Là aussi, il est nécessaire de se faire aider par des professionnels pour faire son choix, sans projeter ses propres angoisses qui peuvent parasiter toute une vie....
 - Mr Meillerand a abordé aussi ce que pouvait représenter pour ses propres enfants le fait d'avoir un oncle dont le comportement peut interroger. A priori, si l'enfant sent ses propres parents en sécurité au sein de cette situation, la question ne se pose pas. Le lien entre neveu ou nièce s'établit à partir de passions et centres d'intérêts partagés (football, cinémas, bricolages divers, cuisine...). L'enfant apprend aussi à intégrer que tous nous pouvons être différents...

Il s'est dit bien plus de choses lors de cette soirée mais c'est impossible de tout relater.

Merci à Didier Meillerand de cet apport extraordinaire qui nous oblige tous, proches ou soignants à nos réinterroger parvenir à un mieux être de tous !

Odile SAMPEUR



Le Trépas et l'absence de
présence. Et c'est pour la
meilleure ou la moindre po-
sychique souffrant aussi...
Et ça n'est ni culpabilité
ni cette souffrance.
Chez nos frères, nos sœurs, et
y a des moments, comme les
Pour en être, pour moi.
Professionnel
Didier

P.S « La poire en bois, grandir avec un frère schizophrène », édition le texte vivant (10,00euros)

AUTRES ECHOS de la DELEGATION 44 pour ce semestre

Un thème évoqué fréquemment par la presse ces derniers mois ; le soin sans consentement

Soins psychiatriques sans consentement : quelles évolutions ?



Dans quelles situations et dans quel cadre la loi autorise-t-elle le recours à des soins psychiatriques sans consentement ?
Quelles sont les dernières évolutions dans ce domaine ?

En savoir plus

<https://www.macsf-exerciceprofessionnel.fr/Responsabilite/Humanisme-deontologie/soins-psychiatriques-sans-consentement>

Le cheminement vers l'UNAFAM ; à chacun nos itinéraires.....

Un cheminement, parmi d'autres ...

Voilà qui pourrait résumer mon retour à l'UNAFAM !

En effet, après le traumatisme de la perte de notre fils Sébastien, le 3 mars 2012 longue est la traversée du chagrin... déjà six ans ?

Quel espoir, quand la vie n'est plus ?

Quand, le spectre de la maladie vous accable encore ...

« le secret pour survivre aux portes de la vie, repose dans le fait de partager votre histoire avec des gens qui vous écoutent, qui s'intéressent à vous et qui vous comprennent ! » Melody Beatte.

- Pour la disponibilité, l'accueil bienveillant d'Odile et Brigitte à Guérande Merci !
- Pour l'écoute et partage du groupe de paroles de Françoise, Christine, Yolande, encore merci !

Si le WE UNAFAM sur « les maladies psychiques » nous a éclairés et confortés avec mon mari dans notre désir de « comprendre la maladie psychique », l'atelier Prospect a été le catalyseur de mon nouvel engagement.

J'y ai découvert à travers les témoignages de chacun, l'universalité de la souffrance, la solidarité dans l'épreuve et la bienveillance (animatrices, groupe) et une des clefs de survie dans les épreuves... « le lâcher prise » !

J'étais en quête de sens, l'évidence m'apparut... « devenir bénévole » !

« il n'y a qu'une façon d'apprendre, c'est par l'action ! » Paolo Coelho

Cela ne s'improvise pas, et j'ai joué le jeu de la période d'observation (...mutuelle !) sur le terrain, participation à des accueils, réunions et formation à Paris.

La SISM* 2018 « enfance et parentalité » a été pour moi une véritable opportunité !

Puéricultrice, PMI, retraitée, je sais combien la prévention est capitale en matière de santé.

Voilà le domaine où je pouvais m'engager durant ces *semaines d'information et de déstigmatisation de la maladie psychique, ayant très vite constaté que les séances d'accueil m'étaient trop douloureuses.

Avec l'accord du siège de Nantes, j'intégrais en octobre 2017 le groupe ESAO (entente SISM Atlantique Ouest), et fus tout de suite accueillie et associée à leur projet, démarré en septembre (L'UNAFAM étant connue et reconnue) je représentais « candidement » l'équipe locale de la presqu'île la Baule-Guérande.

L'ESAO regroupe des associations de soignants/soignés (la Couronnée, CATTTP Cabestan, SILAPSY), des associations de familles (Revivre, Pas à Pas, A2c44, UNAFAM, etc...), d'anciens malades, des professionnels de santé et institutionnels venant de St Nazaire, Pontchâteau, la Baule, Rezé, Blain, Savenay, Ancenis, Châteaubriant, etc.

Grâce à l'accueil de Françoise de l'association REVIVRE et du CATTTP, nous pouvions participer à l'exposition de l'AGORA à St Nazaire du 12 au 17 mars, et à une exposition dans le hall de la cité sanitaire de St Nazaire du 19 au 23 mars (cf. photos) et ainsi diffuser l'info de l'existence locale de

l'UNAFAM par nos affiches, flyers, permanences locales etc.

Chaque association s'est présentée à travers panneaux, affiches arbres aux idées reçues ,travaux d'écriture de patients et photos.

Toute l'équipe Unafam (.4) s'est mobilisée pour la confection de deux affiches (2m/2 m) avec les moyens du bord ! (cf. photos), la distribution des programmes de la SISM, et s'est relayée lors des deux demi-journées de permanence aux expositions.

Encore merci à Christine, Yolande et Brigitte, et Mme Hervoche (psychothérapeute au groupe de paroles) présente à l'inauguration.

Merci à Mon mari, mobilisé dans la confection des agrandissements via l'informatique.

L'inauguration le 14 mars regroupa les responsables de toutes les associations (cf. photo) autour d'un pot convivial.

Sollicités par l'ESAO, cinq étudiants en communication de l'IUT de St Nazaire, ont réalisé pour cette SISM 2017 un court métrage retraçant l'histoire de l'ESAO, et présentant chacune des associations. Cette vidéo a été validée dans leur cursus universitaire.

Ce film a été diffusé en première partie d'un ciné débat « les voix de ma sœur » portrait témoignage au cinéma Jacques TATI le mercredi 21 mars. L'UNAFAM y a été souvent cité par la réalisatrice Cécile Philippin, dont la sœur souffre de schizophrénie depuis 20 ans.

Un psychiatre et une psychologue du CHU de St Nazaire animaient le débat.

L'objectif du collectif est donc de favoriser la prévention, le rapprochement des structures médicales et des associations, la dédramatisation de la maladie mentale, l'amélioration des relations de confiance soignants-soignés, familles, par des actions publiques d'information (spectacles, films débats, expositions, conférences) courant mars à l'échelon national et régional.

Le 28 juin prochain sera fait le bilan de cette SISM à Châteaubriand, et déjà nous parlerons du thème de la SISM 2019 : « Handicap psychique et numérique »...tout un programme ...mais je reprendrai la devise d'ESAO ; « Plus forts ,ensemble contre l'exclusion et la stigmatisation !» et de rajouter ; plus jamais seuls.

MERCI à TOUS !!!

Christine THOMAS

Partager le même objectif afin de mieux accompagner ; le point de vue de Vie.Toit.44

Notre association fondée en 2016, est toujours engagée dans la création d'une résidence accueil à Vertou, dans l'esprit des Invités au Festin, qui comprendra treize places et qui devrait ouvrir en 2020.

En ce qui concerne le café rencontre, nous nous réjouissons de permettre à une dizaine de personnes vivant avec un trouble psychique de se rencontrer, de mener avec nous des activités, de faire des marches dans le vignoble tous les mercredis après-midis et deux dimanches par mois, de 15 h à 17 heures, dans une salle prêtée par la mairie de Vertou. (27 rue des écoles à Vertou Beautour)

Si vous voulez nous rejoindre, vous ou votre proche, n'hésitez pas.

D'ailleurs, nous recherchons quelqu'un pour animer un atelier de chansons populaires, en toute simplicité, mais également un atelier de couture.

Vous pouvez également obtenir plus de renseignements au 06 42 47 35 21 ou au 06 32 32 22 39



Sabine LEROY Présidente de Vie.Toit.44

Repères glanés pour vous pour lire, consulter, aller au cinéma...

La soirée Psychodon :

Une initiative originale pour « secouer » notre vieux monde et ses habitudes ; une autre façon de lutter contre la destigmatisation de la maladie psychique afin de favoriser l'insertion professionnelle avec un collectif de grandes entreprises (Danone, Auchan, Veolia..) et une équipe de journalistes.

**Sous le haut patronage de
Monsieur Emmanuel MACRON
Président de la République**

Le 12 juin 2018 au Théâtre de l'Œuvre
à partir de 20h
55 rue de Clichy, 75009 Paris

La Pop star Olivia Ruiz est marraine du PSYCHODON, elle se produira sur scène avec Faustine, Monsieur Lune et Artmengo. L'imitateur Didier Gustin sera à mes côtés pour animer cette soirée. Nous souhaitons lutter contre le tabou qui pèse sur le handicap psychique et fédérer des engagements et des dons pour soutenir les associations qui agissent sur les territoires auprès des malades et de leurs proches.

Dix millions de personnes sont concernées et impactées dans leurs vies quotidiennes par des formes, très variées, de troubles psychiatriques. Et vous ?

Moi aussi, je suis concerné, même si cela n'est pas facile, je le raconte dans un témoignage : La poire en bois, grandir avec un frère schizophrène, pour donner de la visibilité aux enjeux sociétaux de la maladie psychique et éclairer les personnes en situation de handicap psychique et leurs familles.

Il faut un grand PSYCHODON, ce 12 Juin et chaque 12 Juin car la santé mentale est un défi majeur, pour notre société, qu'il nous faut relever collectivement.

Il faut que les acteurs situés sur les problématiques de la santé psychique soient fédérées, les structures de santé, du social, du travail, les associations agissant partout en France... Il faut mobiliser davantage les mécènes, les donateurs et les entreprises comme les journalistes ...

J'ai besoin de votre soutien :

Pour dire STOP AU TABOU QUI PESE SUR LA MALADIE PSYCHIQUE #PSYCHODON2018 des maintenant si vous utilisez twitter et pour relayer cette invitation largement dans vos réseaux.

Pour nous rejoindre le 12 juin à partir de 20 heures au théâtre de l'œuvre à Paris.

L'accès à la soirée du PSYCHODON est ouvert à tous et est gratuit, libre au public de faire une promesse de don pendant la soirée ...

Programme détaillé et inscription à la soirée du PSYCHODON sur le site
www.psychodon.org

MERCI !

Didier Meillerand
Initiateur du PSYCHODON

didier.meillerand@abnl.fr

@dmeillerand

RENDEZ-VOUS
LE MONDE • ALLIANCE & MÉDECINE
MERCREDI 4 AVRIL 2014

Dépassons les stéréotypes négatifs associés au mot « schizophrénie »

TRIBUNE - Les représentations liées à cette maladie entretiennent une discrimination quasi systématique, parfois inconsciente, déplore le psychiatre Nicolas Rainteau

Acepteriez-vous de travailler avec une personne atteinte de schizophrénie? D'être son colocataire, son voisin, son copain, sa copine? La recommanderiez-vous pour un travail ou bien pour louer un appartement?

Quelle serait votre réponse à ces questions? Si vous ne savez pas, avec un doute, alors prenez le temps de lire ces lignes. Voici l'échange que j'ai eu il y a quelques jours avec Margaux, une usagère de l'hôpital de jour qui venait de passer un entretien d'embauche.

« Cela s'est très bien passé, j'ai pu parler de tout de manière très franche et très ouverte. C'était un peu compliqué au début et j'étais assez stressée, mais je suis plutôt confiante, je suis hyperconfiante.

— Génial, du coup, vous avez pu évoquer votre diagnostic de schizophrénie avec eux?

— Oh là là! Non, j'ai pas décidé! Ça le garde pour moi, cette maladie j'ai encore trop peur, je risquerai de ne pas être embauchée. »

Malheureusement, Margaux a raison. Aujourd'hui, ce ne sont pas les symptômes de la schizophrénie qui pourraient l'empêcher de retravailler. En effet, depuis plusieurs mois, elle va bien. Les voix qui s'en prenaient à elle ont disparu et les idées de persécution ne sont plus à petit à petit atrophiées.

Et puis Margaux n'a pas ménagé sa peine, parce que le traitement ne fait pas tout. Entraînement aux habitudes sociales pour retrouver la facilité d'interagir avec les autres et être capable d'affronter un entretien d'embauche. Travail sur la mémoire, la concentration, l'organisation de la pensée. Toutes ces capacités insidieusement touchées par la schizophrénie et qui demandent aux patients une volonté de tous les instants pour reprendre le dessus. Mais, à force d'acharnement, Margaux était prête le jour-là. Et ce boulot qu'elle a décroché est la juste récompense d'un courage trop souvent sous-estimé pour vivre avec une maladie comme la schizophrénie.

Vous l'aurez compris, ce qui aurait pu l'empêcher d'obtenir ce travail, c'est ce mot « schizophrénie ». Non pas le florilège de symptômes de cette maladie, mais bien l'étiquette qui lui est associée. Dangerosité, violence, double personnalité, imprévisibilité, incompetence. Autant de stéréotypes négatifs associés de manière erronée à la schizophrénie, et ayant pour conséquence une volonté de mise à distance sociale.

C'est au jour le jour que cette étiquette se dresse, tel un mur infranchissable, face aux projets, aux envies et aux rêves d'hommes et de femmes qui n'aspirent qu'à avancer malgré la maladie. À avancer avec la maladie.

Un seul mot peut-il avoir un tel pouvoir? Les résultats d'une étude menée par notre équipe (dont l'article scientifique est en cours d'écriture) semblent abonder dans ce sens. Nous avons utilisé un protocole expérimental fondé sur les coordinations motrices. Chaque participant a été invité à effectuer une tâche de synchronisation consistant à aligner un point à l'aide d'un joystick à un autre point se déplaçant sur un écran. Avant le début de la tâche,

**C'EST AU JOUR
LE JOUR QUE
L'ÉTIQUETTE LIÉE
À LA SCHIZOPHRÉNIE
SE DRESSE,
TEL UN MUR
INFRANCHISSABLE**

il était précisé au participant, sur l'écran, si celui-ci allait interagir avec un sujet souffrant de schizophrénie, un sujet souffrant d'un trouble de l'intégration neuro-émotionnelle (terme proposé pour remplacer celui de schizophrénie) ou un sujet sain. Les trajectoires du point à suivre étant préenregistrées et similaires dans les trois conditions, les participants n'ont donc pas interagi avec des personnes réelles (mais ont cru le faire).

Ainsi, de manière significative lorsque les sujets pensent interagir avec un patient atteint de schizophrénie, cela dégrade la qualité de la synchronisation motrice. À l'inverse, l'utilisation d'un autre terme ne dégrade pas la qualité de la synchronisation motrice. Nous avons donc montré que le simple fait de lire le mot schizophrénie sur un écran d'ordinateur avait le pouvoir de modifier le comportement de manière inconsciente et incontrôlable. Cela aurait pour conséquence une dégradation des interactions interpersonnelles. Face à ces résultats, on ne peut que donner raison à Mar-

gaux de ne pas avoir révélé son diagnostic lors de son entretien.

Mais il n'y a pas que le monde professionnel qui semble fermer ses portes aux personnes atteintes de schizophrénie. Trouver un logement à louer, ensemble s'apparente parfois à un parcours du combattant. Fis encore, voire même du monde médical, la mise à distance semble aussi de mise. Plus les physiques moins prises au rendez-vous plus difficiles à avoir, le cours du patient trop souvent long au seul diagnostic psychiatrique. Moins de soins, moins de temps, moins de logement, moins de liaisons sociales, moins de respect des droits. Nous parlons pourtant bien de personnes fragiles et vulnérables, auxquelles au contraire l'attention devrait être esotérée.

La schizophrénie, de par ses symptômes, éloigne les patients de la société. Il s'agirait donc de ne pas faciliter la tâche. Les patients atteints de schizophrénie tiennent tous les jours la distance face à la maladie s'agirait pour nous tous de trouver enfin la bonne face à eux.

Un mètre, c'est à peu près la distance pour une poignée de main. Vous Coloc? Ami? Collègue? Locataire? L'interactions par ce mètre, le reste suit.

* Docteur Nicolas Rainteau, chef de clinique assistant au CHU de Nantes responsable d'un hôpital de jour dédié au rétablissement des patients atteints de schizophrénie

Des idées de sortie pour maintenant ou plus tard....

Voir le site suivant sur une pièce qui peut amener des questionnements ;

<https://blog.culture31.com/2018/05/04/un-hommage-bouleversant-a-camille-claudel-dans-les-murs-du-centre-hospitalier-marchant/>

Il y a aussi le festival Résistances à Foix qui propose des films docu sur différents thèmes dont un, cette année "Fous à délier". Certain-e-s ont'ils-elles envie d'y aller ou de faire venir certains films dans le 44 ? Voici le lien : <http://festival-resistances.fr/fous-a-delier>

Des titres de films à voir ; « Nous les intranquilles » et « [Rester vivant – méthode](#) », pour lequel l'Unafam et France Culture sont partenaires ; avec la rockstar Iggy Pop, l'écrivain Michel Houellebecq et le peintre Robert Combas. (sorti dans les salles de cinéma le 9 mai 2018).

Des émissions de radio ; <https://www.franceculture.fr/emissions/le-magazine-de-la-redaction/schizophrenie-vivre-avec>,
[https://www.franceculture.fr/recherche?q=les+pieds+sur+terre+l'hôpital+psy+en+grève](https://www.franceculture.fr/recherche?q=les+pieds+sur+terre+l'h%C3%B4pital+psy+en+gr%C3%A8ve)

Des docs vidéos ; <https://youtu.be/iD3EuzP0baU>, <http://www.fondationpierredeniker.org/une-autre-realite>, <http://www.collectif-schizophrenies.com/>

L'Unafam se mobilise pour faire modifier un décret relatif a la procédure de soins sans consentement...nous vous proposons d'en prendre connaissance et si vous vous voulez joindre votre voix, de signer la pétition!"

<https://www.change.org/p/madame-la-ministre-de-la-sant%C3%A9-non-%C3%A0-l-amalgame-entre-radicalit%C3%A9-et-psychiatrie>

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 défaillants. Se sentir écouté et compris permet la libération de la parole, de la douleur, et permet de reconnaître la maladie, voire de l'accepter ; cette parole partagée avec des pairs, est souvent le début d'un lien, d'un appui sur lequel on sait pouvoir compter.

NANTES

Café rencontres UNAFAM, 5 rue Moquechien : un samedi en fin du mois (sauf Juillet et Décembre) de 10h30 à 12h30. Groupe de parole libre le troisième jeudi du mois à 19h et atelier d'écriture le deuxième jeudi du mois à 19h. (renseignements au : 02 51 83 17 73)

ST NAZAIRE/PRESQU'ILE GUERANDAISE

Réunion de groupe de parole à GUERANDE le dernier mercredi du mois à 17 h 15 Maison Paroissiale Sainte-Anne, dans la salle Sainte THÉRÈSE, Rue de l'Abbé Charles MULLER, 44350 GUÉRANDE (intra-muros). (renseignements au : 02 51 83 17 73). Possibilités de rencontrer en entretiens des accueillants de l'UNAFAM ce même jour.

ANCENIS

RV pour des entretiens le lundi ou le samedi. Espace rencontre le 2^{ème} mardi du mois de 20h à 22h. Espace Corail, 24 place Francis Robert à Ancenis. (renseignements au : 02 51 83 17 73)

CAFES RENCONTRES SUD LOIRE

Chaque dernier mardi du mois à 17 h à St Hilaire de Clisson (renseignements au : 02 51 83 17 73).

CHATEAUBRIANT

Espace rencontre le premier vendredi du mois à 14.30 h, 23 rue de Couere (Maison de l'Ange) à Châteaubriant.

Les Formations UNAFAM

- 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. Prochaines dates : 30/11 et 1 et 2/12/2018.

-TEL : 02 51 83 17 73

- La formation « Pro-Famille » :

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. 3 sessions prévues entre 2018 et 2019 dont la première à la rentrée 2018 (renseignements au 02 51 83 17 73).

La Formation « Troubles psychiques » :

Cette formation permet de mieux comprendre les réalités de la maladie psychique et ainsi d'améliorer l'accompagnement de nos proches. Prochaines dates : 23 juin 2018 et 13 Octobre 2018 à Nantes.

Inscription ; 02 51 83 17 73.

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.

Merci d'avance.