

Un dîner à l'UNAFAM

Chaque mois, le troisième jeudi, un dîner accueille à l'Unafam ceux qui veulent partager un moment de convivialité et rompre l'isolement que provoque la maladie d'un proche.

La table est prête, joliment dressée d'assiettes en carton coloré et sur le côté, une desserte accueille les desserts qui seront partagés comme le reste. Chacun et chacune est venu avec un plat, des fruits, une bonne bouteille, signe de cette convivialité qui est le maître mot de la soirée. Il y a les habitués, qui se reconnaissent et se saluent, et les nouveaux, à qui cette proposition a été transmise à l'issue d'un entretien individuel.

Entre la poire et le fromage, on discute : comment va son proche, comment, surtout, va-t-on soi-même ? Quelques bénévoles, dispersés autour de la table, prennent aussi part au repas. Formés à l'écoute, ayant un bon recul sur la maladie psychique, ils relancent la discussion, livrent leur propre témoignage : ils sont là, ils vont bien, et pourtant ! Tous ont vécu l'incompréhension devant le développement des troubles chez leurs proches, les situations de crise ont provoqué la même détresse que l'on devine à travers les mots et le silence de ceux qui commencent à peine à déposer leur fardeau. Certains ne peuvent même pas en parler mais on sent, au fur à et à mesure du repas, qu'ils se détendent en entendant les témoi-



gnages des uns et des autres qui font écho à leur propre histoire : ma fille vient d'être hospitalisée, elle ne veut pas prendre son traitement, quand j'ai vu mon compagnon en crise, je ne le reconnaissais plus, je me suis mise à pleurer...

Car l'isolement des familles redouble la plupart du temps celui de leurs proches malades. Les symptômes sont si déroutants qu'ils forcent le silence. « J'ai envié un collègue de travail dont le fils avait un cancer. Tout le monde lui demandait des nouvelles, il pouvait s'absenter pour l'accompagner à sa chimiothérapie. Moi, je restais bouche cousue : comment dire que le mien restait toute la journée allongée sur son lit et qu'il parlait en boucle du même sujet ? » Et chacun d'approuver. « On peut rompre cet isolement en changeant d'attitude, explique un bénévole. Au lieu de rester le visage fermé, soyons ouverts, disons que nous allons bien et les gens à nouveau viendront vers vous ». « La maladie évolue, elle n'est pas figée », renchérit un autre bénévole pour justifier ce changement de posture. Une mère annonce fort à propos que son fils a retrouvé du travail, une

autre qu'il vit désormais seul dans un studio. À 21 heures précises, le repas s'arrête mais les conversations se poursuivent dans la rue et jusque dans le métro. Quand la parole se libère, l'espoir renaît.

Le prochain dîner aura lieu le jeudi 17 octobre 2019 de 19h à 21h. Aucune inscription préalable n'est requise.

Emmanuelle Rémond

Parlons Psy

Le 6 juin dernier, j'ai participé à la huitième et dernière édition à Paris des Ateliers « Parlons Psy », organisée par la Fondation de France et l'Institut Montaigne. Une centaine de personnes ont planché par groupe de dix, sur différentes questions pour mettre en lumière les meilleures initiatives locales et formuler des propositions concrètes afin d'améliorer la vie des personnes concernées. L'intervention de Iannis McCluskey, pair praticien ou médiateur de santé pair m'a particulièrement interpellé : « La notion de « souffrir » est difficile à évaluer. Mon « bien-être » n'est pas le même que

le vôtre ». Il a parlé des conditions nécessaires pour qu'une personne puisse s'emparer de ses responsabilités. « Il ne faut pas nous « donner » une place, mais nous « laisser une place libre ». À nous de la prendre quand nous le pouvons. » Stigmatisation et discrimination : « Je suis un être humain comme un autre. Mais je ne parle pas de ma maladie ni de l'AAH quand je cherche un appartement. » À la fin, il a demandé, qui, dans la salle, avait déjà fait une dépression. Personne n'a eu le courage de dire son mal-être. Il a dit : « O.k., aujourd'hui, vous me laissez seul, cela n'est pas grave, car c'est toujours difficile à dire. » C'était une leçon...

Edith Horiot

L'atelier thérapeutique de réadaptation par le travail (ATRT)

Où est-il ? A quel public s'adresse-t-il ?

L'ATRT a 2 sites : l'un à PARIS 13ème 22-28 rue de la Pointe d'Ivry (tél.0182012600), l'autre à Ivry sur Seine 55 avenue Danielle Casanova. Il fait partie du groupe MGEN et participe à l'offre de santé mentale non sectorisée pour l'Île de France. C'est un hôpital de jour qui accueille des patients adultes souffrant de troubles psychiques ayant conduit à une rupture socio-professionnelle.

Qu'y fait-on ?

L'équipe de soins est multidisciplinaire, avec des acteurs du champ sanitaire (psychiatres, psychologues, ergothérapeutes, psychomotricien), du champ pédagogique (professeurs pour les cours), du champ professionnel (imprimeurs, infogra-

phistes), des personnels chargés d'insertion organisant des stages en milieu professionnel, et des assistants sociaux. Le travail (hormis les cours) consiste en des travaux de conditionnement ou d'imprimerie avant ou après presse. L'idée est de resocialiser les gens par le travail, de leur apprendre des choses qu'ils restituent aux autres (soins de groupe) donc de leur faire retrouver l'estime d'eux-mêmes. Les patients vont certains jours à Paris, d'autres à Ivry selon leurs activités.

Comment y entrer ?

Cet atelier thérapeutique de réadaptation s'adresse à des personnes stabilisées adressées suite à une prise en charge psychiatrique extérieure. Toutes les demandes sont examinées par une commission. Il y a 135 places, ce qui laisse présager un délai d'attente long. Le but est, lorsque cela s'avère possible, de reprendre une activité, soit travail, ou études, ou formation, ou bénévolat.

Michel Loysel

J'ai intégré l'ATRT après y avoir y réfléchi avec mon psychiatre. C'est un hôpital de jour qui dépend de l'Éducation nationale, mais qui est ouvert aussi à d'autres publics, dont je suis. Mon médecin a fait la demande en juin, j'ai dû attendre novembre pour y entrer.

Comme tout le monde, j'ai commencé par intégrer le groupe accueil, composé de cinq personnes et encadrées par des infirmiers, psychomotriciens... C'est important, après une période de repli, de se réhabituer à une relation régulière avec d'autres. Dans mon groupe, il y avait un enseignant, une personne venant du privé, un jeune de 24 ans qui avait dû arrêter ses études, un autre qui arrivait d'une structure extérieure.

Pendant un mois, le groupe expérimente les activités proposées à l'ATRT. Après cette période, un bilan est effectué avec un psychiatre et un infirmier qui deviennent référents : c'est à lui qu'on peut s'adresser chaque semaine, selon un accord commun. On commence par deux activités par semaine, avant de monter en puissance. On ne peut pas avoir une charge de travail trop lourde quand on commence. L'activité obligatoire, une fois par semaine, c'est l'imprimerie qui appartient à la MGEN. Deux moniteurs sont présents et les patients s'y relaient en permanence pour retrouver

« J'ai intégré l'ATRT après y avoir réfléchi. »

Éric est à l'ATRT depuis novembre 2017. Il cherchait un relais qui soit un SAS vers l'emploi. Aujourd'hui, il s'apprête à reprendre un travail.

un contact avec le travail et ses contraintes pour récupérer en concentration.

La phase suivante, qui a lieu en fonction du rythme de chacun, ce sont les stages avant emploi dans le cadre d'une convention de stage faite entre l'ATRT et l'entreprise. En général, un stage dure un mois, reconductible une fois. Chaque stage a un objectif précis, qu'on définit avec l'infirmier et le psychiatre référents : la durée du travail qui nous convient, les conditions

du travail. Lorsque nous sommes prêts, nous engageons conjointement la troisième phase, qui est la recherche active du travail. Nous pouvons demander, si nous sommes titulaires d'une reconnaissance RQTH¹, quelques aménagements. En aucun cas, il ne s'agit de dire

l'intégralité de son parcours. Même si aujourd'hui, les personnes qui ont des difficultés psychiques sont moins stigmatisées, on parle par exemple de burn-out, l'interrogation majeure, lors de la reprise du travail, c'est de savoir quoi répondre aux questions inévitables des futurs employeurs puis des collègues : « Qu'est-ce que tu as fait avant ? Pourquoi t'as pas travaillé ? » On est accompagné à ces questions à l'ATRT, on en discute ensemble.

Propos recueillis par Emmanuelle Rémond

(1) Reconnaissance de Qualité de Travailleur Handicapé