

hospitalisées, il y a ceux en soins sans consentement, des gens placés à la demande de la justice, mais aussi des personnes dépressives dont on a estimé qu'elles ne peuvent rester seules.

■ **Est-ce que le nombre de personnes malades s'accroît chez nous ?**  
I.Z.: Environ 80 cas de plus en ambulatoire par rapport à 2018, ce n'est pas si

■ **Comment soigne-t-on une personne atteinte de maladie mentale ?**

L.J.: La guérison, surtout s'il s'agit d'une pathologie lourde n'existe pas en psychiatrie. L'objectif est de permettre à la personne de retrouver l'autonomie, faire en sorte que les troubles ne gênent plus sa vie. Les mé-

sonne névrosée va apprendre la relaxation. À celles qui délirent et disent par exemple qu'elles ont entendu des Martiens, on les ramène à la réalité sans entrer dans leur jeu: "As-tu pris ton petit-déjeuner?". Auprès de ces personnes, les soignants sont des ambassadeurs de la réalité. Ils apprennent aux patients à trouver leurs solutions

sions chez les personnes atteintes de maladies mentales qu'au sein du reste de la société, mais quand cela arrive, la différence est qu'elles sont incomprises. Un malfrat qui blesse quelqu'un c'est normal, mais une personne qui déclare que des voix lui ont dit de faire ça c'est choquant. Et du coup, très médiatisé.

## LES AMIS DE LA TOUR FONT DE L'INSERTION PAR LE LOGEMENT

# Après l'hôpital, les patients apprennent à vivre seuls

Les statistiques sont sans équivoque. Plus une personne est hospitalisée en raison de ses troubles mentaux, plus l'hospitalisation dure. Optique qui n'est bénéfique ni pour l'hôpital en raison du coût de la prise en charge, ni pour le patient qui devient assisté. Depuis 1978 l'association "Les amis de la tour" de Digne-les-Bains qui dépend de l'hôpital pratique l'in-

**"Ce n'est pas parce qu'une personne est malade psychique qu'elle n'a pas le droit à un logement."**

sertion par le logement.

Des tâches quotidiennes comme se lever, nettoyer son logement, faire ses courses, peuvent paraître évidentes pour bon nombre de personnes, mais un patient atteint de troubles mentaux ne s'est parfois jamais retrouvé à vivre seul. "A sa sortie de l'hôpital le patient signe un contrat thérapeutique", explique Bouchra Boukali, assistante sociale au sein des "Amis de la tour".

Après évaluation de sa situation, un logement lui est proposé et nous l'accompagnons par un suivi, par exemple des infirmières vont le voir une fois par semaine, de façon à ce qu'il ap-

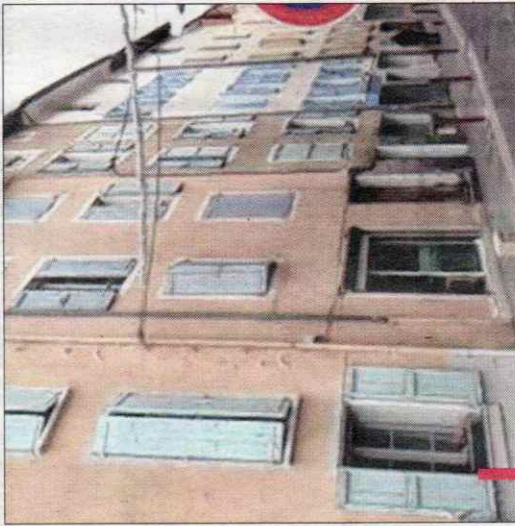
prende à vivre de façon autonome." Des personnes généralement psychotiques qui gênent parfois des troubles de voisinage. "A Manosque l'un d'eux mettait la musique trop fort, un autre jetait des débris par la fenêtre, il n'avait pas saisi que c'était dans ses poubelles au sein de l'appartement qu'il fallait les vider. Maintenant, ce n'est pas parce qu'une personne est malade psychique qu'elle n'a pas le droit à un logement. Et plus de 90% des problèmes de voisinage ne sont pas causés par des patients atteints de troubles mentaux. On a eu une seule personne qui un jour a tout cassé chez elle, mais là il s'agissait

d'une erreur de diagnostic dès le départ. Elle n'était pas prête." L'association attribue des logements à environ cinquante personnes par an, le turnover concerne vingt d'entre eux. Des appartements généralement d'un loyer de 300€ que peuvent payer ces patients tous bénéficiaires de l'Allocation adulte handicapé qui s'élève à 900 €.

"Beaucoup de personnes assument la maladie psychique au danger, à tort. Ces patients sont des personnes vulnérables pour lesquelles le monde est une jungle. Ils sont squattés, maltraités, ils ne savent pas dire non, se défendre... On constate bien souvent que le milieu où ils ont

évolué est déterminant. La majorité d'entre eux ont eu un parcours de vie difficile. Ils n'ont pas confiance en eux, parce qu'on les a maltraités et regardé comme des incapables. Vivre seul est un défi."

Mais face à cette épreuve, beaucoup relèvent la tête. "On a eu de belles surprises. Des patients ont clairement affirmé leur volonté de s'emanciper. Ils s'intègrent, participent à des activités du tissu associatif et finissent par occuper un logement privé qu'ils financent eux-mêmes." Quand ils ont appris à ne pas dépenser toute leur allocation en un seul jour sur un coup de tête.

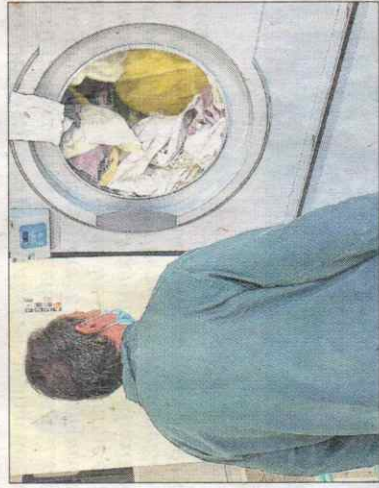


L'association est propriétaire de l'immeuble "Le Provence" à Digne (à droite). Il comprend 11 logements. Elle gère aussi "Le Terreau" à Manosque dont l'hôpital est propriétaire (5 logements).

PATRICK REVIT À L'ESAT APRÈS UNE GRANDE DÉPRESSION

## "Je me disais que j'étais nul, me sentais inutile"

À 55 ans Patrick (le nom a été changé) menait une vie ordinaire. Une femme, des enfants et la gestion d'un restaurant au sein d'une station de ski qui employait six personnes. À cette époque, il était loin de se dou-



ter que la dépression allait le frapper. "La station a souffert d'une baisse de fréquentation qui s'est répercutée sur mon activité. J'ai perdu beaucoup de clients." Avec le recul, il se rend compte aujourd'hui qu'il aurait dû tout de suite fermer l'établissement au lieu de s'acharner à le sauver. "Je m'étais obligé à redresser le navire, quoi qu'il m'en coûte et le résultat a été un burn-out." Son commerce connaît une liquidation judiciaire et il divorce dans la foulée. Patrick fait face à une première dépression, mais tient bon et réussit à maintenir une discipline de vie.

C'est un second échec qui le fera basculer. "Un ami m'a proposé un travail de frigoriste et là je me suis rendu compte que je n'étais pas assez bon en maths. Cette expérience m'a dévasté. Je me disais que j'étais nul, me sentais inutile. La déprime m'a complètement happé." S'ensuit une tentative de suicide avec des médicaments, puis une hospitalisation de six mois à Digne. Il intègre alors l'Esat (Établissement et service d'aide par le travail) de Digne-les-Bains et retrouve le moral en travaillant à la blanchisserie. "Le moindre stress paralysait ses moyens", explique Élodie Avignens monitrice éducatrice à l'Esat. Nous nous sommes efforcés d'enlever toute tension dans son travail, en veillant à ne pas le mettre en situation d'échec et surtout en le valorisant le plus possible. "Aujourd'hui âgé de 60 ans, Patrick a créé sa micro-entreprise dans la restauration en parallèle de la laverie à l'Esat et retrouvé le sourire. Il est même sur le point de cesser les médicaments. "On peut se sortir de la dépression mais pas seul."