

JANVIER 2022

Unafam délégation de Savoie

Bulletin de liaison réservé aux adhérents UNAFAM SAVOIE N°3

Chères Adhérentes et Chers Adhérents,

L'an 2022 ouvre ses portes sur une nouvelle année et je vous souhaite le meilleur ainsi qu'à ceux qui vous sont chers.

La crise sanitaire a rendu ces vingt-deux derniers mois particulièrement difficiles et pénibles et a rappelé douloureusement encore davantage, combien les missions de soutien aux familles sont essentielles afin que leur proche puisse accéder aux soins et aux accompagnements auxquels il a droit.

Le baromètre 2021 de l'UNAFAM a malheureusement montré que la réalité de ce que nous vivons n'était pas celle-là.

En 2022, nous espérons accueillir de nouveaux bénévoles (3 sont déjà venus rejoindre l'équipe fin 2021) et souhaitons renforcer les liens avec nos partenaires et les professionnels. Nous serons très attentifs à élargir notre lectorat par le développement de rencontres, de débats, de supports à distance, de publications aux adhérents et non adhérents afin que nous soyons toujours plus nombreux à prendre part, avec les valeurs et engagements que l'UNAFAM porte depuis toujours, aux combats que mène l'UNAFAM et aux contributions du Projet Territorial de Santé Mentale de la Savoie.

Des projets, études, innovations en cours actuellement, certains en lien avec l'UNAFAM, nous donnent à tous de l'espoir pour avancer.

Avec ce message, je voudrais vous rappeler mon respect et mon estime et vous assurer de la volonté qui m'anime à œuvrer avec et pour vous tous.

Annie DOLE

Déleguée Départementale UNAFAM 73

Rejoignez-nous pour nous aider à porter nos projets 2022 quel que soit le temps dont vous disposez.

*Passer la porte de l'Unafam n'est pas simple, j'ai trouvé toutes sortes de prétextes pour ne pas le faire. Je regrette maintenant de ne pas être allée plus tôt chercher de l'aide. Mais à l'époque, je ne parvenais pas à franchir ce cap.
Lucie*

*Les familles sont tellement dans la souffrance qu'elles ont de la peine à se manifester, d'elles-mêmes. Ce que fait vivre le proche malade est si pesant que l'on préfère s'enfermer dans son trou. Pourtant, avec l'Unafam, on est tellement moins seul.
Georges.*




unafam
DÉLÉGATION DE LA SAVOIE

ECHOS DE LA DÉLÉGATION 73

BAROMETRE UNAFAM 2021

BAROMETRE UNAFAM 2021

Plus de la moitié des répondants déclarent ne pas avoir bénéficié d'un programme de soutien des aidants alors que pour l'aidant d'un proche vivant avec des troubles psychiques, cela marque pour 94% d'entre eux, une rupture dans le déroulement de leur vie. **Il y a un avant et un après.** La maladie de leur proche impacte toute leur vie, à commencer par leur vie professionnelle. Pour plus d'un aidant sur 3, elle a conduit à un passage à temps partiel, l'absence de promotion et d'évolution ou à un départ précoce à la retraite. Cette charge a également des conséquences sur le reste de la famille. **Pour 77%, la maladie a eu un impact sur les frères et/ou sœurs**, ils sont 66% à considérer la fratrie comme un soutien pour leur frère ou sœur malade.

Question à Marie-Jeanne Richard, Présidente de l'UNAFAM :

Quel est votre sentiment face aux réalités dénoncées au sein du baromètre ?

Les réalités dénoncées par nos adhérents dans ce baromètre devraient interpeller les politiques pour déployer enfin des actions adaptées. La prise en charge précoce des troubles avec accès aux soins de réhabilitation, et dans une perspective de rétablissement limiterait les conséquences des troubles sur la vie quotidienne de la personne. De plus, **reconnaître les familles dans leur rôle sans les charger de tous les rôles serait protéger leur propre santé.** Il y a encore beaucoup de combats à mener pour que cette réalité soit prise en compte et pour que le soutien à l'autonomie ne soit pas qu'un mot dans un programme.

A écouter :

["Ce que les malades et leurs proches ont à nous dire" - Marie Jeanne Richard \(Unafam\) - YouTube](#)

Marie Jeanne RICHARD Présidente de l'UNAFAM
Colloque : 18 OCTOBRE 2021 au Conseil économique, social et environnemental

Fondation Fondamentale
[ICI](#)

A VOS AGENDAS

ATELIER : COMMENT REMPLIR LA DEMANDE MDPH ORGANISE PAR L'UNAFAM SAVOIE

Le 17 janvier 2022 à 17h

Atelier : Aide au remplissage d'une demande MDPH

Maison des Associations Quai Borrel 73000 CHAMBERY

Salle C 111

Réservée aux adhérents et aux bénévoles - 8 places.

Animatrice : Annie DOLE référente UNAFAM à la MDPH

Pour vous inscrire, contacter la délégation ou directement l'animatrice de l'atelier par mail : 73@unafam.org

CAFÉ DE LA SANTÉ MENTALE (PROJET TERRITORIAL DE SANTÉ MENTALE)

Mardi 25 janvier 2022
de 14h à 17h

Salle du Granier, espace François
Mitterrand – MONTMELIAN

Dans le cadre de la reprise du **Projet Territorial de Santé Mentale (PTSM)** de la Savoie, un **Café de la santé mentale** est organisé le **25 janvier 2022** avec tous les acteurs départementaux concernés par la Santé Mentale. Ce dernier a pour objectif de leur faire part de l'état des avancées du PTSM et de récolter les besoins et pistes de solution en termes de santé mentale lors de l'organisation d'ateliers participatifs autour des thématiques du PTSM.

"Rien pour nous sans nous" : l'ambition du Projet Territorial de Santé Mentale Savoyard.

Contact : e.dejesus@chs-savoie.fr

JOURNÉE D'INFORMATION SUR LES TROUBLES PSYCHIQUES organisée PAR L'UNAFAM SAVOIE

Samedi 5 février 2022
9h - 17 h
CHS BASSENS

Cette journée permet d'approfondir ses connaissances sur les maladies et le handicap psychique ainsi que sur les différentes offres de soin, les structures sanitaires et médico-sociales du département.

Journée animée par un **bénévole de l'Unafam** concerné par la maladie d'un proche et un professionnel de santé spécialiste des troubles psychiques (**Psychologue**)

UNAFAM SAVOIE 2022 rencontres avec les adhérents, les amis et les familles

CONFÉRENCES : en présentiel ou en visioconférence prévues le 1^{er} semestre 2022

" Les droits des usagers de la Santé – les soins et vos droits " Jean Michel LASSAUNIERE membre du Conseil Territorial de Santé de Savoie et Président de l'UDAF de Savoie

"L'entrée dans la maladie : impact sur la famille" Gwenola LEMEUR Infirmière en pratique avancée mention santé mentale et psychiatrie Centre Hospitalier Guillaume REGNIER à Rennes. Mémoire : "Étude qualitative sur le vécu et les leviers permettant aux aidants d'être partenaire dans les soins lors d'un premier épisode psychotique - Un coup de tonnerre dans un ciel serein."

"Le rôle du mandataire judiciaire à la protection des majeurs" le statut, les compétences, la formation **L'UDAF**

"Le mandat de protection future pour autrui " Le mandat de protection future pour autrui est un contrat par lequel un père ou une mère prévoit d'organiser à l'avance la protection de son enfant handicapé pour le jour où il/elle ne sera plus en mesure de le faire lui/elle-même ou en cas de décès. ("forme de "testament pour son enfant en situation de handicap") Maître XY **Notaire**.

CONVIVIALITES prévues le 1^{er} semestre 2022 :

CAFES RENCONTRES : tous les 3 mois le samedi de 9 h 30 à 12 h 30 : lieu d'échanges ouvert à tous autour d'une collation.

SOIRÉE CONVIVIALITÉ : avec un artiste en mars – 20 h à 23 h à BASSENS

BOL D'AIR : Une balade bol d'air mensuelle : marche à visée relaxante le 3^{ème} mardi de chaque mois à 14 heures avec Jocelyne et Régis, et le 2^{ème} mardi de chaque mois avec Dominique : 2 heures ensemble pour se changer les idées suivi d'un pot dans un café à AIX LES BAINS. Organisation à venir à Chambéry et Albertville.

SOIRÉE RENCONTRES : Témoignages familles – Témoignages de rétablissement - Pairs aidants- 19 h à 21 h

ATELIERS D'ÉCHANGES et de PARTAGES avec les bénévoles en présentiel ou en visioconférence

Organisation à venir en fonction des inscriptions par e-mail : 73@unafam.org

L'insertion professionnelle (troubles psys et travail)

Le développement de réponses de proximité sur les lieux où nous ne sommes pas présents : Saint Jean de Maurienne, Tarentaise-
Témoigner et partager pour mieux communiquer en famille

PROJETS- ETUDES – INNOVATIONS : ils avancent.

RECHERCHE ARI2P : DES OUTILS NUMERIQUES POUR PREVENIR LES RECHUTES

La prévention des rechutes en psychiatrie constitue un enjeu d'importance. Sont concernées les personnes souffrantes mais aussi les équipes de soins et les proches. Car les conséquences des rechutes sont multiples. L'utilisation d'outils numériques constitue une aide complémentaire aux soins pratiqués, pour les patients aussi bien que pour les aidants. Un projet de l'Association de recherche et d'intervention pour la prévention en psychiatrie (ARI2P) vise à expérimenter plusieurs dispositifs, décrits dans un communiqué (ci-dessous).

L'association ARI2P, en partenariat avec deux établissements de santé du groupe **CLINEA** et associée à **l'UNAFAM**, à la **FNAPSY** et à **Santé Mentale France**, a déposé un dossier d'expérimentation d'un **dispositif innovant de prévention des rechutes pour des sortants d'hospitalisation** (projet Psyway) **dans le cadre du Fonds d'innovation en psychiatrie.**

Le projet Psyway porte sur l'utilisation **d'outils numériques en complément des soins existants.** Ce projet permettrait en effet de limiter les crises et leurs conséquences par un **repérage précoce de signaux discrets.** Et cela notamment auprès de sortants d'hospitalisation qui connaissent une situation de grande fragilité.

les avantages attendus de l'utilisation des outils numériques sont : Une libération du temps de médecin psychiatre par le déploiement du **télé soign** par un **infirmier référent** ; Un renforcement de la coordination des soins ; Une limitation du recours à l'hospitalisation et aux soins sous contrainte ; Une réduction des tensions et de la sur-occupation des services ; Un renforcement de la démarche d'empowerment pour le patient auto-observant les signes de la rechute. Ce patient permet aussi l'observation par autrui de son évolution clinique.

[Cliquez ICI](#)

STIGMA PRO : UN PROGRAMME POUR REDUIRE LA STIGMATISATION DES PRATIQUES SOIGNANTES

Pour les personnes souffrant de schizophrénie, les pratiques soignantes représentent une source importante de stigmatisation. Soutenue en décembre 2021, la thèse de psychologie de K.-M. Valéry a exploré le potentiel stigmatisant de ces pratiques en santé mentale et posé les bases **du programme StigmaPro, une intervention destinée à les améliorer.**

Résumé : Infantilisation, manque de coopération au parcours de soin, pessimisme concernant le rétablissement ou encore pratiques violentes : **les pratiques en santé mentale sont identifiées comme une source importante de stigmatisation selon les personnes qui ont un diagnostic de schizophrénie et leurs familles.** Si la recherche internationale s'intéresse depuis plus de 20 ans à cette question, aucune recherche en France n'était venue interroger le potentiel stigmatisant des pratiques des professionnels de santé mentale. C'est pour répondre au besoin d'amélioration des pratiques que s'est construit le programme de recherche StigmaPro, dans le cadre d'un travail doctoral.

Luc Vigneault, pair-aidant pendant de nombreuses années, patient-partenaire de recherche au Québec, conférencier, était membre du Jury et a assisté à la soutenance de cette thèse. [Cliquez ICI](#)

UNE PREMIERE : RECRUTEMENT D'UN ACCOMPAGNATEUR PAIR AIDANT FAMILLE PAR UN POLE DE PSYCHIATRIE ADULTES AFIN D'EXERCER AU SEIN DES UNITES D'HOSPITALISATION ET DES CMPS.

Pour la première fois, un POSTE D'ACCOMPAGNATEUR PAIR AIDANT FAMILLE H/F (Un **Pair Aidant Famille** est un membre de l'entourage d'une personne ayant un problème de santé mentale, qui sera spécifiquement formé pour écouter et accompagner d'autres proches) **est à pourvoir au POLE de PSYCHIATRIE ADULTE 94G16**, auprès des populations de Saint-Maurice, Charenton, Saint-Mandé, Alfortville. **Chef de Pôle : Dr CANTERO** **Hôpitaux de Saint-Maurice** (94410 Saint-Maurice)

Il est prévu que le **Pair-Aidant Famille exerce essentiellement dans le cadre des unités d'hospitalisation et des CMPS** ; qu'il **intègre une équipe pluridisciplinaire**, participe à certaines réunions d'équipe et communique ses observations personnelles ; qu'il **constitue un soutien relationnel pour l'entourage du patient et favorise la création d'une alliance thérapeutique entre les équipes et les familles** ; qu'il anime ou co-anime, en individuel et / ou en groupe, des activités d'accompagnement, de prévention, d'éducation pour la santé pour les aidants et participe aux groupes familles mensuels. **Compétences : Savoir expérientiel.**

A LIRE – A ECOUTER

A LIRE : LE MONDE 19/12/2021 - AVEC « GOLIATH », UN POIGNANT RECIT EN REALITE VIRTUELLE SUR LA PSYCHOSE AVEC UNE GRANDE INVENTIVITE ET UNE ABONDANCE DE MOYENS GRAPHIQUES. CETTE EXPERIENCE NARRATIVE RETRACE LA VIE D'UN HOMME QUI, EN GUISE DE REMPART A SES DIFFICULTES PSYCHIQUES, TROUVE REFUGE DANS LES COMMUNAUTES DES JEUX VIDEO EN LIGNE.

Cliquez [ICI](#)

Webserie : CULTURE NORMAL, la web serie qui déconstruit les idées reçues sur les troubles de la santé mentale : Une personne sur six souffre de problèmes de santé mentale en Europe et en parler ouvertement n'est pas toujours chose aisée. Pour casser les clichés et tenter de mieux comprendre les personnes atteintes de maladies mentales, nous vous conseillons de regarder "Normal", une web-série proposée par RTBF Webcréation et qui donne la parole à 6 personnes vivant avec des troubles d'ordre psychologique. Ils s'appellent Franek, Jade, Florine, Marc, Arthur et Lula et ils souffrent d'anorexie, de schizophrénie, de dépression, de bipolarité... Face caméra, ces six jeunes se confient et racontent leur récit, sans filtre. Ils nous invitent à voir le monde avec leurs yeux, afin de faire tomber les barrières et les clichés qui entourent les maladies dont ils souffrent. Au travers de ces rencontres touchantes et sincères, les auteurs Pablo Crutzen, Benoit Do Quang et Pierre Leo, questionnent ainsi la notion de normalité au sein de notre société. Des témoignages précieux et nécessaires

Pour consulter la websérie, cliquez [ICI](#).



VIDEO : MARINE KONBINI, ATTEINTE DE BI-POLARITE, NOUS PARLE DE SON QUOTIDIEN ET DES MOYENS MIS EN PLACE POUR LUTTER CONTRE CETTE MALADIE [CLIQUEZ ICI](#)

CONTACTEZ NOUS

 **MAISON DES ASSOCIATIONS**
67 RUE SAINT FRANÇOIS DE SALES
73000 CHAMBERY

 73@unafam.org

 09 66 87 91 54

Un rendez-vous individuel pour évoquer avec des accueillants votre situation ?

Des rencontres avec des personnes qui vivent des situations similaires afin de partager vos expériences et y puiser de l'énergie ?

Des formations pour mieux appréhender les troubles de vos proches ?

Des questions sur la défense des droits de vos proches, dénoncer des insuffisances ou des dysfonctionnements ou autres sujets ?

Site web : Unafam Savoie <https://www.unafam.org/savoie>

Bulletin d'adhésion 2022 : [ICI](#) [Ne pas oublier d'indiquer délégation de Savoie.](#)

Rédactrice de publication : Annie DOLE Déléguée départementale – Contributeurs bénévoles : Régis, Jocelyne, Dominique, Philippe M, Philippe D, Jacqueline.