

RAPPORT D'ACTIVITÉ

UNAFAM DEUX- SEVRES

2020-2021

SOMMAIRE

VIE DE LA DÉLÉGATION..... 3

Le mot du Délégué.....	3
Les membres actifs de la Délégation Départementale des Deux-Sèvres.....	5
Le Baromètre Unafam 2020.....	6
Défense des usagers et mandats de représentation.....	7
Bilans financiers.....	8

ACTIONS EN FAVEUR DES FAMILLES..... 11

Parcours pénal : aider un proche confronté à la justice pénale	11
Assemblée annuelle 2020.....	12
Semaines d'information sur la santé mentale 2020 « Santé mentale et discriminations », du 16 au 29 mars 2020.....	13
L'EMAPP, une équipe mobile de proximité	15
Point Conseil Budget de l'UDAF : une aide face aux difficultés financières.....	16

ACTIONS EN FAVEUR DES PROCHES..... 18

La prestation de compensation du handicap : Et si la PCH favorisait l'autonomie de mon proche souffrant de troubles psychiques ?.....	18
Ouverture du SAMSAH Psy-CAN sur la Communauté d'Agglomération du Niortais.....	19
Extension du SAMSAH de l'Adapéi aux territoires de la Gâtine et du Thouarsais	21
La COVID s'invite mais les GEM résistent !	23

ANNEXES..... 27

Sigles.....	27
Kit Mon GPS.....	28

LE MOT DU DÉLÉGUÉ

Chers adhérents, chers partenaires, chers amis,

« 2020 : UNE ANNEE SINGULIERE ». L'année 2020 nous a tous bouleversés : crise sanitaire inédite, confinements successifs... Nous avons dû nous adapter pour traverser cette période à laquelle nous n'étions pas préparés et poursuivre nos missions de soutien aux familles.

Bravo aux familles qui ont tenu face à la COVID 19, qui ont assumé le retour de leur proche à la maison, des familles parfois épuisées qui redoutaient les confinements à répétition et qui nous indiquaient que leur proche avait perdu certains apprentissages.

Merci aux bénévoles qui se sont adaptés pour continuer d'offrir aux familles écoute, soutien, groupes de parole... Et qui ont dû apprivoiser de nouveaux outils numériques, tels que les réunions en visio avec ZOOM.

Merci aux psychologues qui se sont mis à disposition des familles, leur soutien a été très apprécié.

Merci à l'apport précieux des professionnels qui ont fait preuve d'adaptabilité et ont tenu dans la durée. Nous pensons aux Groupes d'Entraide Mutuelle, aux structures d'accompagnement social et sanitaire, aux structures d'hébergement et d'insertion professionnelle.

Nous remercions la famille Morisset de leur don à l'UNAFAM, apportant ainsi des ressources pour mettre en œuvre nos projets en direction des personnes vivant avec des troubles psychiques.

Merci aussi aux communes, aux pouvoirs publics, à la CAF, à l'UDAF, à l'ADAPEI, de leur soutien financier et de la confiance qu'ils nous accordent.

Merci à Christina, notre Chargée de développement et de coordination sur les 4 délégations départementales de l'ex Poitou-Charentes, qui nous a bien aidés pour la mise en place des réunions en visio, pour ses compétences en graphisme, pour les liens avec la Région et le National, la tenue de notre site internet et plus encore.

En cette année 2020 nombre d'adhérents de l'UNAFAM 79 ont répondu au questionnaire du Baromètre « **Proches aidants, le parcours du combattant** » pour révéler la réalité de la situation des personnes vivant avec des troubles psychiques et de leurs familles (voir ci-après).

Nous avons largement diffusé ce Baromètre auprès des partenaires, des pouvoirs publics et porté nos préconisations pour que cette situation évolue significativement.

Nous saluons la création du SAMSAH (Service d'Accompagnement Médico-Social pour Adultes Handicapés) « PSY-CAN » sur le sud Deux-Sèvres ainsi que l'extension du SAMSAH aux territoires de Gâtine et du Thouarsais. Une couverture territoriale bienvenue qui participe au rétablissement des personnes (voir flyer PSY-CAN et articles dans ce Rapport).

Malgré la pandémie, nos mandats de représentations tels que MDPH, Commission Des Usagers (CDU) ou Commission santé mentale, ont été maintenus. De multiples rencontres ont pu également être initiées avec nos partenaires :

- CH Nord Deux-Sèvres et CH Niort pour l'insertion des familles dans le parcours de soin avec l'aide d'outils de psychoéducation.
- REHAB pour la psychoéducation des familles (Programmes PROFAMILLE, BREF).
- ADAPEI : collaboration étroite avec l'UNAFAM sur le projet d'habitat inclusif pour les personnes en situation de handicap psychique sur Bressuire.

- UDAF en lien avec la Résidence Accueil de Saint-Pardoux-Soutiers, et la création de l'Association « Vivre la ruralité à la Bazonnaire ».
- Poursuite de l'écriture des fiches-action du Projet Territorial de Santé Mentale (PTSM).
- Merci aux bénévoles qui ont soutenu les GEM (organisation de chaînes téléphoniques...).

Notre référent « Parcours pénal » a été sollicité par les familles et des contacts sont en cours pour sensibiliser les personnels au sein de l'Administration pénitentiaire à l'approche des troubles psychiques.

Nous continuons de travailler aux droits à compensation pour nos proches, notamment avec l'élément « aide humaine » de la Prestation de Compensation du Handicap (PCH), (Voir document dans ce Rapport), et je remercie Evelyne qui participe au groupe de travail régional sur ce sujet.

Vers 2021...

- Une première rencontre pour la mise en place au sein de l'Agglo de Niort du Conseil local de santé mentale (CLSM) a eu lieu, qui prendra son envol courant 2021-2022.
- BREF : ce programme de psychoéducation à destination de l'entourage des personnes prises en charge en psychiatrie, est une étape initiale dans le parcours des aidants vers la psychoéducation. Le but est de renseigner les aidants sur les dispositifs existants, permettant d'amoinrir la charge mentale ressentie et d'avoir le plus tôt possible des outils adaptés dans cette période difficile qu'ils traversent.

A l'initiative du réseau REHAB, une première formation a eu lieu en 2021 réunissant près de 30 personnes du secteur sanitaire et médico-social dont 6 bénévoles de l'UNAFAM.

- Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) : 2 bénévoles de l'UNAFAM ont suivi cette formation qui a pour objectif de pouvoir apporter un soutien initial à une personne qui éprouve le début d'un trouble de santé mentale ou qui est dans une crise de santé mentale.

Les premiers secours sont donnés jusqu'à ce qu'une aide professionnelle puisse être apportée. Ils sont l'équivalent en santé mentale, des premiers secours qui eux apportent une aide physique à la personne en difficulté.

- Nous travaillerons à la mise en œuvre du Contrat territorial de santé mentale (CTSM) en s'appuyant sur les 12 fiches action en lien avec la personne recrutée à cet effet.

Vous trouverez à la fin de ce Rapport, un document qui a reçu le prix du jury et le label Droit des Usagers de la Santé 2020 concernant la mise en place de directives anticipées en psychiatrie, permettant aux personnes de devenir acteurs de leurs soins et de préciser leurs souhaits pour le cas où elles devraient être hospitalisées.

Ce « GPS » guide de prévention santé est à adapter et à travailler avec les soignants des secteurs psychiatriques.

Dans cette crise sanitaire que nous traversons la solidarité et l'entraide portées par l'association sont des maillons forts pour se maintenir en bonne santé.

Prenez soin de vous et de vos proches.

Philippe Brilouet
Délégué Départemental

LES MEMBRES ACTIFS DE LA DELEGATION DEPARTEMENTALE DES DEUX-SEVRES

Délégué Départemental :

- Philippe Brilouet

Déléguée Départementale Adjointe :

- Nadine Beal

Trésorière :

- Elisabeth Nouaydi

Membres actifs à Niort :

- Monique Aveline
- Michel Bonnaud
- Yvette Blondy
- Annie Trelu
- Bernadette Leau
- Christian Piot
- Evelyne Quété

Membres actifs à Melle :

- Annick Le Meaux (Référente)
- Reine Fouladoux

Membres actifs à Bressuire :

- Nicole Chargé (Référente)
- Marie-Agnès Cousseau
- Philippe Texier
- Janine Michel
- Jeanne Deslandre
- Jeanie Merceron
- Eliane Matthieu

Membres actifs à Parthenay :

- Françoise et André Quinault (Référent)
- Bettie Vrignaud

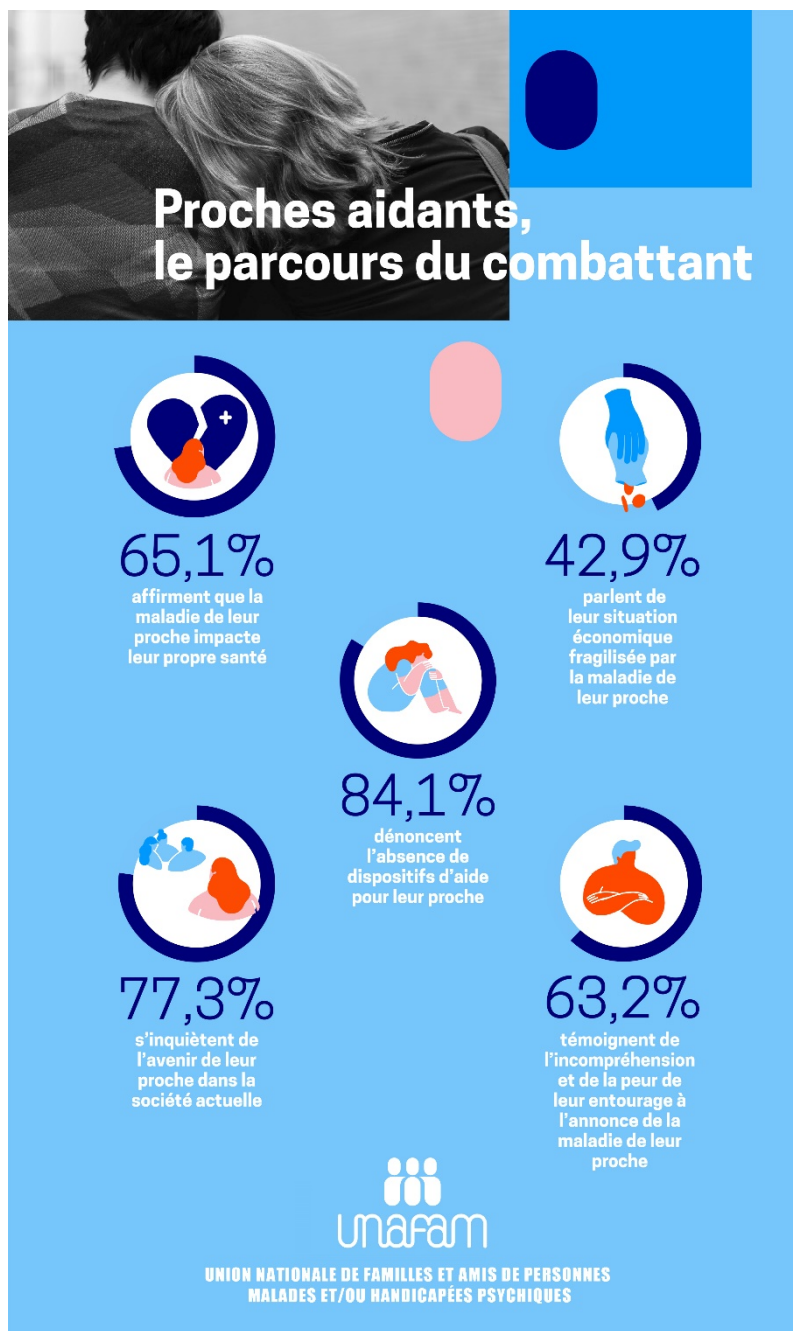
Membre actif à Thouars :

- Michel Veauvy (Référent)

LE BAROMETRE UNAFAM 2020

Le monde de la psychiatrie est à bout de souffle. La crise sanitaire a été un véritable détonateur. Pour les soignants mais aussi les familles, les tensions étaient pourtant déjà là. C'est à l'occasion de la journée nationale des aidants, le 6 octobre 2020, que l'Unafam a rendu public son premier baromètre qui montre la réalité du quotidien des proches de personnes souffrant de troubles psychiques. Pour ces 4,5 millions de personnes en France, c'est souvent la double peine : aux difficultés que rencontrent tous les proches aidants s'ajoute la stigmatisation qui pèse sur les troubles et le handicap psychiques.

Avec son baromètre, l'Unafam, qui accompagne depuis près de 60 ans l'entourage des personnes vivant avec des troubles psychiques, donne pour la première fois la parole aux proches aidants, pour libérer leurs maux et provoquer une prise de conscience des pouvoirs publics.



VIE DE LA DÉLÉGATION

DÉFENSE DES USAGERS ET MANDATS DE REPRÉSENTATION

Institution	Commission	Titulaire / Suppléant
Conseil départemental	CDCA	Monique Aveline
Conseil départemental	CED-CDCA	Evelyne Quété
MDPH	CDAPH	Monique Aveline Evelyne Quété
MDPH	Comex	Yvette Blondy
ARS	CTS	Yvette Blondy Philippe Brilouet
ARS	CAS du Niortais du haut val de Sèvres de la Gatine du Bressuirais du Thouarsais	Annie Trelu Annick Lemeaux André Quinault Mano Cousseau Michel Veauvy
CCAS	La Foye Monjault Aiffres	Michel Bonnaud Bernadette Léau
Association « Belle La Différence »	Bureau et CA	Nicole Chargé
Association « Vivre la ruralité à la Bazonnaire »	Bureau et CA	André Quinault

REPRÉSENTATIONS DANS LE SECTEUR SANITAIRE

Institution	Commission	Titulaire / Suppléant
CH de Niort	Conseil de Surveillance	Christian Piot
CH de Niort	CDU	Christian Piot
CH Nord Deux-Sèvres (Faye l'Abbesse)	CDU	Nicole Chargé

REPRÉSENTATIONS DANS LE SECTEUR MÉDICO-SOCIAL

Institution	Commission	Titulaire / Suppléant
ADAPEI	CA	Janine Michel
UDAF	CA et bureau	Philippe Brilouet
CED	Réunion mensuelle	Evelyne Quété
GEM Niort	Parrainage	Philippe Brilouet
GEM Bressuire	Parrainage	Jeanne Deslandre
GEM Thouars	Parrainage	Michel Veauvy
GEM Parthenay	Parrainage	André Quinault
GEM Melle	Parrainage	Annick Lemeaux Reine Fouladoux
GEM St Maixent	Parrainage	Christian Piot

BILANS FINANCIERS

UNAFAM_79_Deux-Sèvres	Bilan actif	N° Siret
		NAF (APE)
		N° Identifiant
		Période du 01/01/20
	Document fin d'exercice	au 31/12/20
		Tenue de compte : EUR

© Sage - Sage 100cloud Comptabilité Premium 7.01 Date de tirage 26/03/21 à 14:21:56 Page : 1

Détail des postes	Valeurs brutes	Amortis. et provisions	Valeurs nettes	Au 311219
Immobilisations incorporelles				
Logiciel				
Immobilisations corporelles	2 607,39	2 416,93	190,46	383,59
Terrain				
Immeuble				
Installations et Agencements				
Matériel de Bureau				
Matériel Informatique	2 607,39	2 416,93	190,46	383,59
Mobilier				
Immobilisations financières				
Dépôts et Cautions				
TOTAL DE L'ACTIF IMMOBILISE	2 607,39	2 416,93	190,46	383,59
Créances	1 514,23		1 514,23	2 602,21
Acompte fournisseur				
Créances diverses	1 514,23		1 514,23	2 602,21
Subventions à recevoir				
Produits divers à recevoir				
Disponibilités	9 751,86		9 751,86	7 015,12
Valeurs Mobilières de Placement				
Comptes Courant et caisse	9 751,86		9 751,86	7 015,12
Charges constatées d'avance				
Charges constatées d'avance				
TOTAL ACTIF CIRCULANT	11 266,09		11 266,09	9 617,33
TOTAL GENERAL	13 873,48	2 416,93	11 456,55	10 000,92

Impression provisoire

Détail des postes		Valeurs nettes	Au 311219
Fonds associatifs			
Fonds Propres			
Réserves			
Autres fonds		11 456,55	10 000,92
Subventions d'investissement			
Résultat de l'exercice		1 455,63	1 088,91
Report à nouveau		10 000,92	8 912,01
TOTAL DES FONDS PROPRES		11 456,55	10 000,92
Fonds Dédiés			
Fonds Dédiés			
TOTAL DES FONDS DEDIES			
Provisions pour risques et charges			
Provisions pour risques et charges			
TOTAL PROVISIONS RISQUES ET CHARGES			
Dettes financières			
Dettes financières			
Autres dettes			
Dettes fournisseurs & comptes rattachés			
Dettes fiscales et sociales			
Dettes diverses			
Produits constatés d'avance			
Produits constatés d'avance			
TOTAL DES DETTES			
TOTAL GENERAL		11 456,55	10 000,92

Impression provisoire

UNAFAM_79_Deux-Sèvres	Compte de résultat	N° Siret NAF (APE) N° Identifiant Période du 01/01/20 au 31/12/20 Tenue de compte : EUR
	Document fin d'exercice	

© Sage - Sage 100cloud Comptabilité Premium 7.01 Date de tirage 26/03/21 à 14:21:57 Page : 1

Détail des postes			Au 311220	Au 311219
Produits d'Exploitation			8 496,97	12 827,03
70-Ventes et Prestations Services				
74-Subventions d'exploitation			5 046,48	9 423,78
75-Autres produits			789,24	1 450,00
754-Dons Délégations			1 348,50	
756-Quote part cotisations			1 312,75	1 953,25
781 - Reprises aux provisions				
789 - Utilisation des fonds dédiés				
Charges d'Exploitation			-7 041,34	-11 738,12
60-Achats			-365,85	-583,85
61-Services extérieurs			-103,50	-402,00
62-Autres Services Extérieurs			-6 148,96	-10 345,99
63-Impôts et Taxes				
64-Charges de personnel				
65-Subvention ARS versées aux DD				
65-Autres charges gerstion courante			-229,90	-213,15
681-Dotation aux amorts. prov.			-193,13	-193,13
689 - Reports des fonds dédiés				
RESULTAT D'EXPLOITATION			1 455,63	1 088,91
Produits Financiers				
76-Produits Financiers				
Charges Financières				
66-Charges Financières				
RESULTAT FINANCIER				
RESULTAT COURANT			1 455,63	1 088,91
Produits Exceptionnels				
77-Produits Exceptionnels				
Charges Exceptionnelles				
67-Charges Exceptionnelles				
RESULTAT EXEPTIONNEL				
TOTAL PRODUITS			8 496,97	12 827,03
TOTAL CHARGES			-7 041,34	-11 738,12
+++++RESULTAT+++++			1 455,63	1 088,91
Contributions Volontaires				
86-Emplois des contributions			-305 900,00	
87-Contributions volontaires			305 900,00	

PARCOURS PÉNAL : aider un proche confronté à la justice pénale

L'action auprès des familles ayant un proche malade qui a commis un acte de délinquance, nous a amené à nous intéresser à la situation de personnes hospitalisées dans une situation assez particulière. Il s'agit de personnes ayant commis un acte grave et pour lesquelles, la procédure pénale a abouti à un non-lieu pour irresponsabilité pénale. **L'action pénale s'est donc arrêtée pour faire place aux soins.**

La procédure est bien décrite dans cet extrait de rapport du Sénat de 2014 :

En France, **l'article 122-1 du code pénal** énonce : « *N'est pas pénalement responsable la personne qui était atteinte, au moment des faits, d'un trouble psychique ou neuropsychique ayant aboli son discernement ou le contrôle de ses actes* ».

Par conséquent, les personnes déclarées irresponsables en raison de troubles mentaux font l'objet, selon le stade auquel l'irresponsabilité est constatée, soit d'un **non-lieu** de la part du juge d'instruction, soit d'une décision d'**acquiescement** ou de **relaxe** prononcée par la juridiction pénale. Il peut même arriver que le parquet renonce à engager des poursuites contre un délinquant dont l'irresponsabilité ne fait *a priori* aucun doute et classe sans suite les procès-verbaux d'infraction.

Lorsque la déclaration d'irresponsabilité concerne une personne susceptible d'être dangereuse pour la collectivité, une **mesure d'internement** peut être prise à l'issue d'une **procédure purement administrative**. Dans ce cas, le code de la santé publique oblige en effet les autorités judiciaires à aviser le préfet, qui doit prendre « *sans délai toute mesure utile* ». Le préfet peut par exemple décider une hospitalisation d'office, tout comme il le ferait pour un malade mental n'ayant commis aucune infraction, car il n'est pas lié par la décision judiciaire ayant conclu à l'irresponsabilité pénale.

En revanche, la sortie des délinquants qui ont été internés s'effectue selon une procédure spécifique : elle ne peut avoir lieu que « *sur les décisions conformes de deux psychiatres n'appartenant pas à l'établissement* » où l'intéressé a été placé, alors que la sortie des autres personnes internées d'office requiert l'avis motivé d'un seul psychiatre.

L'irresponsabilité pénale des malades mentaux : http://www.senat.fr/lc/lc132/lc132_mono.html

Ces personnes sont donc hospitalisées pour des soins. Et si amélioration, leur sortie est même possible. Dans la réalité, et les proches en témoignent, ces situations sont souvent sources de tension entre des malades qui vont mieux et demandent légitimement à avoir une vie sociale et des équipes soignantes anxieuses, pas toujours bien préparées à recevoir des personnes ayant commis des violences en situation de crise et à évaluer leur dangerosité. Parfois certains soignants considèrent que la prison serait plus adaptée pour des soins.

En résumé, voilà des « malades pas comme les autres » qu'il est sans doute alors difficile d'accompagner en prenant les risques que nécessite leur parcours de réhabilitation.

Et les familles dans tout ça ?

Après avoir vécu l'horreur de l'acte, les difficultés liées à la prison puis l'hospitalisation (tout cela parfois sur plusieurs années), elles témoignent de la difficulté à accompagner leur proche dans une hospitalisation longue, sans l'espoir d'une véritable réhabilitation.

C'est d'autant plus difficile que, après ce long temps de soins intensifs, elles ont retrouvé avec leur proche un contact perdu depuis longtemps et la perspective d'une vie meilleure.

Depuis 2019, chaque délégation UNAFAM dispose d'un délégué au parcours pénal. Il s'agit d'un bénévole dont la mission est d'améliorer les connaissances (la procédure pénale, les acteurs du monde judiciaire et carcéral), de repérer les difficultés rencontrées dans ce domaine par les personnes malades psychiques et leur famille, et bien sûr de soutenir les familles dont un proche malade est impliqué dans une procédure pénale.

Contact Parcours pénal – UNAFAM 79 : Philippe TEXIER - 06 37 34 90 49

ASSEMBLÉE ANNUELLE 2020

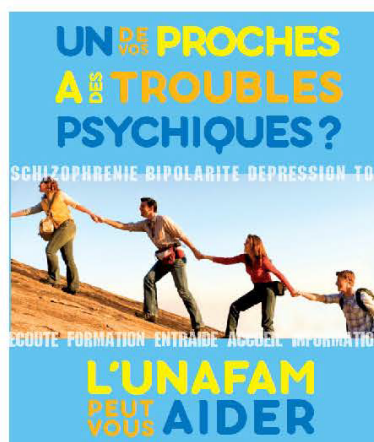
Ce rendez-vous annuel entre adhérents et partenaires, temps fort de l'année, était prévu en octobre 2020. Mais la crise sanitaire a eu raison de la tenue de l'édition 2020, qui a dû être annulée. Voici l'invitation qui devait être envoyée avec le programme initial.

Invitation à l'Assemblée Annuelle 2020 "Parcours de soin : continuité, discontinuité, quels obstacles et quels facilitateurs"

La délégation Unafam 79 vous invite à son **Assemblée Annuelle le samedi 3 octobre 2020, au foyer rural de Saint-Pardoux (Route des Bois).**

PROGRAMME DE L'ASSEMBLÉE :

- ▶ **9h30**: Accueil café
- ▶ **9h50**: Mot d'ouverture
- ▶ **10h**: Rapport d'activité 2019
Rapport financier
- ▶ **10h30**: Table ronde sur le thème : "*Parcours de soin: continuité, discontinuité, quels obstacles et quels facilitateurs ?*"
Avec la participation de représentants des secteurs médicaux et médico-sociaux.
Echanges avec la salle.
- ▶ **12h15**: Pot de l'amitié offert par l'Unafam à tous les participants



L'assemblée sera suivie d'un déjeuner au restaurant "La Croix des Vignes" – lieu-dit La Croix des Vignes – 79310 Saint-Pardoux (au carrefour sur la trois voies Niort/Parthenay)

• **Inscription obligatoire auprès de la délégation départementale avant le 19 septembre 2020**



Inscription à l'Assemblée Annuelle de l'Unafam 79 (3 octobre 2020)

M., Mme Nom Prénom.....

Tél.

e-mail.....

- Souhaite s'inscrire à l'Assemblée Annuelle du samedi 3 octobre.
Nombre de personnes
- au déjeuner au restaurant « La Croix des Vignes ».
Nombre de personnes
- ci-joint un chèque de euros, à l'ordre de l'Unafam 79 (18 euros par personne)

A retourner à Bettie Vrignaud – 1 impasse des Courtils – 79390 Aubigny

Cette rencontre se déroulera dans le respect des normes sanitaires en vigueur liées à la Covid-19 et sous réserve de l'évolution de la situation. Nous vous demandons de venir muni d'un masque et de respecter les gestes barrières.

SEMAINES D'INFORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE 2020 « Santé mentale et discriminations », du 16 au 29 mars 2020

Les Semaines d'information sur la santé mentale, initialement prévues en mars 2020, ont été reportées à l'automne en raison du premier confinement. Dans les Deux-Sèvres, nous avons maintenu quelques animations, comme en témoigne l'événement relaté ci-dessous à Parthenay, en lien avec le Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) local.

Avant que la crise sanitaire de ce mois de mars 2020 ne nous oblige à cesser toute activité, nous avons préparé les Semaines d'Information sur la Santé Mentale à Parthenay. Au niveau national, son thème était « Santé mentale et discriminations ».

En accord avec M. Thomas Moreau de Radio Gâtine, des membres du GEM « Le vent de l'espoir » se sont portés volontaires pour parler de leurs difficultés au quotidien. Plusieurs rencontres ont permis de préparer un enregistrement de témoignages. Cet enregistrement a eu lieu dans le studio de l'avenue de la Meilleraye quelques jours seulement avant le premier confinement.

Témoignages vrais, pleins de sensibilité, tout en pudeur, ils ont permis à chaque témoin - malgré le stress devant le micro - de raconter son parcours, sans pathos, avec des mots simples, compréhensibles par tous. Ils ont aussi dévoilé les difficultés rencontrées dans la vie quotidienne, l'incompréhension parfois de l'entourage, l'aide que leur apporte l'association « Le vent de l'espoir »...

Sarah, l'animatrice du GEM, a aussi témoigné de son travail dans l'association, de son engagement et de sa disponibilité. Le rôle de l'Unafam a été aussi précisé localement mais également au niveau départemental et national.

Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale n'ont pu avoir lieu en présentiel, mais ces témoignages ont été diffusés sur les ondes de Radio Gâtine comme il était envisagé sur les deux semaines prévues.

Merci aux participants du GEM, à Sarah, à monsieur Thomas Moreau pour sa disponibilité et à Radio Gâtine qui a permis ces diffusions.

André Quinault



Les membres du GEM « Le vent de l'Espoir » ont pu témoigner sur Radio Gâtine

Flyer du programme prévu

Autres manifestations

GEM Espoir et vie - Bressuire (05 49 80 37 71)
10 boulevard de Nantes
19 mars - 9 h / 11 h -
Petit déjeuner 2 € sur inscription

19 mars - 9 h / 18 h - 10 boulevard de Nantes
Portes ouvertes du GEM

GEM Le vent de l'Espoir - Parthenay (06 64 18 96 95)
62 boulevard Edgar Quinet
20 mars - 10 h / 18 h
Portes ouvertes du GEM + expo photo

GEM Echapp' à Thouars - Thouars (09 81 39 73 73)
21 mars - 13 h 30 - Salle des Quatre Vents - Louzy
Concours de belote (6,50 € par personne)
Plus d'info : gemechapathouars.free.fr

27 mars - 13 h 30 / 18 h - 29 boulevard Thiers
Portes ouvertes du GEM

GEM Au fil de la Mosaïque - Niort (05 49 06 23 05)
4 place Jacques de Liniers
21 mars et 25 mars - 14 h / 18 h
Portes ouvertes du GEM + expo photo

GEM Au gré du vent - Melle (06 64 18 99 46)
1 quater chemin de la Reine
27 mars - 10 h / 18 h
Portes ouvertes du GEM + expo photo



Avec la participation de :



Avec le soutien financier



Pour plus d'informations,
n'hésitez pas à contacter
Réseau Réhab : 05 49 78 26 79

Semaines d'information sur la **santé mentale**

31^e ÉDITION 16 - 29 MARS 2020

SANTÉ MENTALE
et
DISCRIMINATIONS

WWW.SEMAINES-SANTE-MENTALE.FR

Soirées-débats

Bressuire - 16 Mars à 20 h - 5,90 €
Au cinéma Le Fauteuil Rouge - 7 Espace Bocapôle
« Mézin vingt ans après » : un projet pas si fou
présence du réalisateur C. Marchais. Soirée animée par V. Nori
Intervenants : Frans HOEFSLOOT, UDAF - Logement accompagné, Roland KROB, ADAPEI79 - ESAT Tremplin Messidor Chauray, Docteur SALIM, Chef de pôle de psychiatrie générale au CHNDS

Niort - 18 mars à 19 h 30 - gratuit

salle du Cloître du Centre Hospitalier

La différence en contexte scolaire :

source de discrimination ?

Comment les discriminations affectent-elles la santé mentale des jeunes ? Comment accompagner les jeunes et leur entourage ?

Intervenantes : Laurence TOURNIE, psychopédagogue spécialisée en neuropédagogie et intervenante à l'AFEP, Fanny GILES, psychologue spécialisée en neuropsychologie, Guy HOUDINET, coordinateur à l'Ecole de la 2^{ème} Chance à NIORT

Melle - 23 mars à 20 h 30 - tarif du cinéma

Au cinéma Le Méliès - Place Bujault

« Jeune Juliette » de Anne Emond

Intervenants : UNAFAM (Union Nationale des Amis et Familles de personnes Malades et/ou handicapées psychiques)

Thouars—25 mars à 20 h 30 - gratuit

Maison du Temps Libre - Rue des Petits Bournaïs St Jean de T.

Santé mentale : idées reçues et discriminations

Projection de 5 très courts-métrages

Intervenants : témoignages d'adhérents du GEM Echapp' à Thouars, Adrien CORDEIRO (Médiateur Santé Pair) et de familles

Parthenay - Jeudi 26 mars à 20 h - 5 €

Au Cinéma le Foyer - 1 rue Denfert Rochereau

« Cigarette et chocolat chaud » de Sophie Reine

Qu'est ce qu'une « bonne » éducation ? Impact positif ou discriminatoire sur le bien être et l'épanouissement des enfants

Intervenant : Emilie MICHEL, psychopédagogue, coach parental et formatrice

Colloque à Parthenay

Mardi 24 mars - 13 h 30 - 17 h

Au domaine des Loges

28 rue du Président Salvador Allendé

13 h 30 : Accueil / café

14 h : Allocution d'ouverture

14 h 15 : Interventions de :

Nicolas PALIERNE, doctorant en sociologie à l'Ecole des Hautes Etudes en Science Sociale, stigmatisation et addiction à l'alcool , et Jennifer SCHUHL, doctorante en psychologie : du handicap psychique à la discrimination

15 h 15 **présentation des travaux d'élèves** de l'école d'arts plastiques de Niort

15 h 30 Table ronde,

Que fait on localement contre la discrimination? (soin, logement, emploi, culture)

Intervenants : EMAPP, Handi santé, l'Escalé La Colline, Ecole d'arts plastiques de Niort, Espoir 79, Médiateur Santé Pair du SAMSAH Adapei 79, un Toit en Gâtine, Cent pour un.



Préjugés à Niort

Samedi 28 mars de 11 h à 14 h

Entre la place de la Brèche et les Halles

« Distribution gratuite de Préjugix à l'occasion des Semaines d'Information sur la Santé Mentale »

En présence de représentants d'associations diverses et de l'Ecole de Musique de Rue« Les Traine Savates »



L'EMAPP, UNE ÉQUIPE MOBILE DE PROXIMITÉ

L'Equipe mobile d'action psychiatrique pour la précarité (EMAPP) prend en charge des personnes majeures en situation de précarité (et/ou d'exclusion) et de souffrance psychique ayant des difficultés à accéder à des soins en santé mentale. Sa zone d'action concerne le sud du département, notamment auprès des différentes structures d'accueil et d'hébergement, de prise en charge et d'accompagnement de ce type de public.

L'EMAPP est un service du Centre hospitalier du Niort, et travaille en lien avec les professionnels amenés à prendre en charge ces personnes.

Elle est composée d'une équipe pluridisciplinaire (médecin psychiatre, cadre supérieur de santé, cadre de santé, psychologue, infirmiers, secrétaire), pour évaluer l'état psychique de la personne et ses besoins, puis l'orienter et l'accompagner vers des soins psychiatriques de secteur si nécessaire.

Intervenir au domicile des personnes en souffrance

En vue d'aider les personnes particulièrement isolées et de créer un partenariat, plusieurs bénévoles de l'Unafam ont rencontré l'équipe de l'EMAPP en début d'année. Au cours de cette rencontre, l'Unafam a rappelé que certaines personnes peuvent être en situation de précarité et en souffrance psychique dans leur propre domicile, chez elles. Parfois, la famille peut aussi avoir des difficultés à amener son proche vers le soin.

L'EMAPP peut être sollicitée par les familles pour analyser la situation et étudier la conduite à tenir, mais aussi rencontrer les patients isolés à domicile en souffrance avec leur accord.

La délégation Unafam des Deux-Sèvres se félicite de ce service mobile, qui peut permettre d'éviter des (ré)hospitalisations, dans une démarche « d'aller vers ».

Une EMPP (Equipe Mobile Psychiatrie Précarité) a également été créée sur le nord du département.

Si vous êtes concerné, ou si vous connaissez quelqu'un dans cette situation, l'EMAPP est joignable au 05 49 78 26 68 ou à emapp@ch-niort.fr.

L'EMPP/PASS de Thouars est joignable au 05 49 68 32 19.

POINT CONSEIL BUDGET DE L'UDAF : une aide face aux difficultés financières

L'UNAFAM 79 a sollicité ce service de l'UDAF, dont l'objectif est de proposer un soutien à toute personne dès que les premiers signes de difficultés financières apparaissent. Nos proches peuvent être concernés.

Les conseillers du Point Conseil Budget ont vocation à accompagner nos proches dans leurs difficultés budgétaires, et éviter les frais d'incidents bancaires par exemple. Le suivi est confidentiel et gratuit.

Le Point Conseil Budget de l'Udaf a obtenu le label de l'Etat reconnaissant son expertise. Voici un document de présentation.



Un service gratuit

- *Nous voulons acheter notre première maison, à quoi va ressembler notre budget demain ?*
- *J'ai du retard dans le paiement de mes crédits, mes factures... je souhaite y voir plus clair dans ma situation budgétaire.*
- *Je croule sous les frais bancaires... comment les réduire ?*

Des conseils et réponses à toutes vos questions de budget

Votre référent « **Point conseil budget** » est là pour répondre à vos questions d'argent, de banque, de budget, et trouver, avec vous, des solutions.

De quoi s'agit-il ?

- **Un lieu** ouvert à tous, quels que soient vos ressources et de votre situation
- **Un professionnel** à votre écoute
- **Des conseils et un accompagnement** confidentiels et personnalisés





Notre méthode

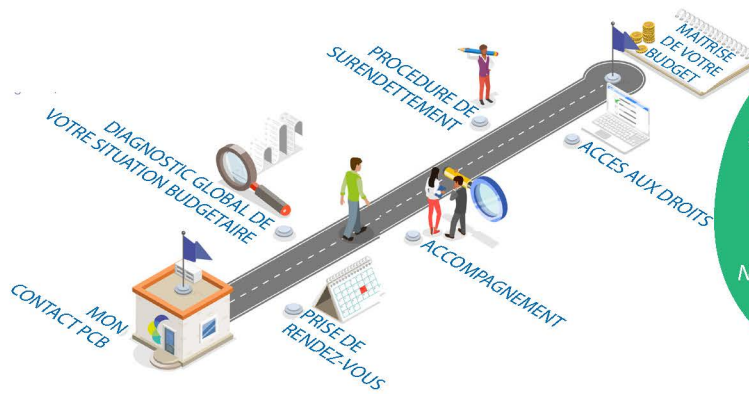
Via des entretiens en face à face, ou à distance quand ce n'est pas possible, **votre référent** répond à vos questions, identifie les aides dont vous pouvez bénéficier.

Il peut également réaliser un diagnostic complet de votre budget, et vous accompagner, dans la durée, pour que vous trouviez des solutions et reveniez à une situation maîtrisée, mieux vécue.

Qui sommes-nous ?

L'Union Départementale des Associations Familiales des Deux-Sèvres gère un service d'Aide Éducative Budgétaire et de microcrédit depuis 2007. En complément de ces derniers, elle propose désormais un Point Conseil Budget.

Reconnue d'utilité publique, (cf article L.211-7 du CASF), association de consommateurs, l'UDAF est également l'institution officielle de défense des intérêts des familles du département.



Que vous rencontriez une difficulté provisoire ou régulière, le Point Conseil Budget peut vous conseiller.
N'attendez pas, venez nous rencontrer pour en parler.



Demande de renseignement ou prise de rendez-vous :

Tél. : 05 17 87 01 70 du lundi au vendredi
Mail : pcb@udaf79.asso.fr



Entretien sur rendez-vous sur l'ensemble du département

- Niort 79000
- Parthenay 79200
- Bressuire 79300
- Thouars 79100
- Airvault 79600
- ...

LA PRESTATION DE COMPENSATION DU HANDICAP : Et si la PCH favorisait l'autonomie de mon proche souffrant de troubles psychiques ?

Les personnes handicapées (physiques ou psychiques) ont droit à une compensation des conséquences de leur handicap quels que soient leur pathologie, leur âge et leur mode de vie. Moins connue que l'Allocation Adulte Handicapée (AAH), la Prestation de Compensation du Handicap (PCH) consiste à prendre en charge les surcoûts liés au handicap dans la vie quotidienne. Il faut faire la demande à la MDPH de son lieu de résidence.

Les critères d'éligibilité ne sont pas liées à un taux d'incapacité mais à :

- une **difficulté absolue** pour la réalisation d'une activité : l'activité ne peut pas du tout être réalisée par la personne elle-même ;
- ou une **difficulté grave** pour la réalisation d'au moins deux activités : l'activité est réalisée difficilement et de façon altérée par rapport à l'activité habituellement réalisée.

19 activités sont évaluées, dans quatre domaines : l'entretien personnel (se laver, s'habiller, etc.), la mobilité, la communication (parler, entendre, voir) et les relations avec autrui (s'orienter dans le temps et l'espace, gérer sa sécurité, maîtriser son comportement dans ses relations avec autrui).

La PCH comporte cinq éléments distincts et cumulables :

- **Aides humaines** : l'état de la personne nécessite l'aide d'une tierce personne
- **Aides techniques** : tout instrument, équipement ou système technique adapté ou conçu spécifiquement pour compenser une limitation d'activité rencontrée par la personne du fait de son handicap
- **Logement, véhicule** : charges liées à l'aménagement du logement, du véhicule ou liées aux surcoûts liés au transport
- **Aides spécifiques** : acquisition ou entretien de produits liés au handicap et non susceptible d'être pris en charge par un autre élément de la prestation de compensation
- **Aides animalières**

Dans le cadre de la PCH, l'enjeu est souvent d'accéder à l'élément "aides humaines". Voici les critères d'éligibilité :

- la reconnaissance d'une difficulté absolue ou deux difficultés graves parmi cinq activités : toilette, habillage, alimentation, élimination, déplacement (dans le logement, à l'extérieur)
- ou la constatation que l'aide apportée par un aidant familial relevant de ces activités ou répondant à un besoin de surveillance, est supérieure à 45 minutes par jour

Dans le premier cas, si la personne handicapée psychique a besoin d'être stimulée, guidée, accompagnée pour effectuer ces activités et que sans cela, elles ne sont pas réalisées, alors la difficulté est considérée comme absolue.

Dans le cas du handicap psychique, l'éligibilité se fera souvent au titre des 45 minutes d'aide et de besoin de surveillance.

Attention ! Encore trop souvent, l'approche se fait sous l'angle des incapacités physiques, omettant le besoin de stimulation et/ou de surveillance. En cas de notification de rejet de la PCH aides humaines, vous pouvez vous appuyer sur le Code de l'action sociale et des familles (notamment annexe 2-5, référentiel pour l'accès à la prestation de compensation : https://www.legifrance.gouv.fr/codes/article_lc/LEGIARTI000042855653/).

Pour réaliser votre demande à la MDPH des Deux-Sèvres : <https://www.deux-sevres.fr/nos-missions/les-personnes-handicapees/la-maison-departementale-des-personnes-handicapees-mdph79>

N'hésitez pas à faire appel à l'Unafam 79 pour vous aider. Référente PCH Unafam 79 : Evelyne Quété.

OUVERTURE DU SAMSAH Psy-CAN sur la Communauté d'Agglomération du Niortais



L'EPCNPH (Établissement Public Communal Niortais pour Personnes Handicapées) et l'UDAF (Union Départementale des Associations Familiales) des Deux-Sèvres ont ouvert, le 14 septembre 2020, un Service d'Accompagnement Médico-social pour Adultes Handicapés (SAMSAH) sur le territoire de la Communauté d'Agglomération du Niortais.

Le SAMSAH Psy CAN est un service médicosocial de coordination qui s'appuie sur un maillage de partenaires ancrés territorialement autour de ses bénéficiaires. Le service est composé de 11 professionnels, socio-éducatif, paramédical et médical.

Sa mission est d'accompagner les personnes en situation de handicap psychique vers une amélioration de leur qualité de vie, vers un mieux-être, et par le soutien de leurs compétences propres, de leur permettre d'accéder à une plus grande autonomie. Ainsi, le service s'inscrit dans une volonté d'accompagner et de rendre accessible des parcours de rétablissement de ses bénéficiaires.

Pour cela, le SAMSAH développe une approche globale, par une prise en compte des différents espaces de vie et aspects du quotidien du bénéficiaire (santé, logement, liens sociaux et familiaux, vie professionnelle...), articulée par un travail de partenariat avec les institutions et les professionnels présents sur le territoire.

L'objectif du service est de :

- Coordonner les interventions des différents partenaires,
- Favoriser l'accès à un parcours d'accompagnement et de soin adapté
- Soutenir les projets (logement, loisirs, formation, travail, vie citoyenne,...) de la personne et venir en soutien de l'entourage.

Sur sa 1ère année de fonctionnement, le service a déjà démarré une vingtaine d'accompagnements. Cette montée en charge se poursuit parallèlement à la création de partenariats divers nécessaires à des accompagnements diversifiés qui tiennent compte des besoins, attentes et ressources des bénéficiaires du service.

Voir flyer d'information ci-après.

COORDONNÉES

Bureaux SAMSAH psy-CAN
25 avenue Normandie-Niemen
79000 NIORT

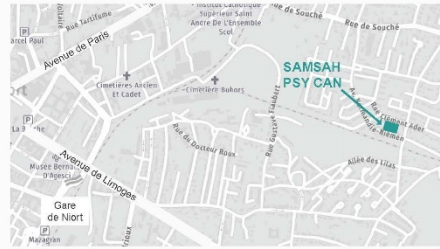
05 49 33 57 19
samsah@samsahpsyca.fr

EPCNPH
10-12 rue du Commandant
l'Herminier
79000 NIORT
05 49 33 60 61
www.epcnph-ateliersniortais.fr

UDAF des Deux-Sèvres
171 avenue de Nantes
79025 NIORT
05 49 04 76 76
www.udaf79.fr



PLAN D'ACCÈS



Bus : arrêt Villechanoux – ligne 7

COMMUNAUTÉ D'AGGLOMÉRATION DU NIORTAIS



SAMSAH PSY-CAN

EPCNPH - UDAF des Deux-Sèvres

Service d'Accompagnement
Médico-Social pour Adultes Handicapés

en situation de handicap **PSY**chique
Communauté d'Agglomération du **Niortais**

UDAF des Deux-Sèvres // Pôle Insertion Handicap // octobre 2020 // version n°1 mise à jour octobre 2020 - imprimé par nos soins - ne pas jeter sur la voie publique



SAMSAH PSY-CAN

EPCNPH - UDAF des Deux-Sèvres

POUR QUI ?

Des personnes adultes de 18 à 60 ans habitant sur le territoire de la Communauté d'Agglomération du Niortais, avec une orientation MDPH.

UNE ÉQUIPE INTERDISCIPLINAIRE

composée de travailleurs sociaux, médiateur de santé pair, psychologue, ergothérapeute, infirmières et médecin coordinateur.

L'ORGANISATION

L'accompagnement s'appuie sur une démarche volontaire de la personne.

- Le service propose :
- un premier rendez-vous de présentation mutuelle ;
 - des accompagnements à domicile, dans les bureaux du SAMSAH ou dans tout autre lieu qui convient à votre situation ;
 - une évaluation « conjointe » des attentes et des besoins ;
 - la mise en place du projet personnalisé.

MISSIONS

Évaluer les besoins et les compétences

Coordonner les interventions

Accéder à un parcours de soin adapté

Soutenir les projets

Accompagner vers une insertion socio-professionnelle

Soutenir l'entourage



EXTENSION DU SAMSAH de l'ADAPÉI aux territoires de la Gâtine et du Thouarsais



Le SAMSAH de l'ADAPEI 79 a été créé au premier semestre 2008 afin d'accompagner 12 adultes avec troubles psychiques vivant à domicile sur le territoire Bressuirais.

Fort de 11 années d'expérience, l'ADAPEI79 s'est positionnée en 2019 pour étendre son action sur un territoire plus étendu en répondant à un appel à projet du Conseil Départemental et de l'Agence Régionale de Santé (ARS).

Depuis la fin d'année 2020, l'équipe s'est donc étoffée (notamment de nouvelles compétences ergothérapeute et neuropsychologue) et accompagne 24 personnes sur le Nord du Département des Deux-Sèvres (Territoires bressuirais, thouarsais, parthenaisien, val de Thouet et val de Gâtine).

Ses locaux sont toujours basés à Bressuire pour le site principal avec des sites secondaires communs au Service d'Accompagnement à la Vie Sociale (SAVS) pour Parthenay et Thouars.

L'équipe est donc maintenant constituée d'infirmières, de psychologue, neuropsychologue, éducateurs spécialisés, ergothérapeute, médiateur santé pair (MSP) et assistante de service social.

Il inscrit son activité dans une approche de réhabilitation psychosociale. En s'appuyant sur les aspirations et les compétences des personnes accompagnées, les projets travaillés visent à réduire les aspects vécus comme handicapants, en favorisant l'inclusion sociale et professionnelle.

Les missions du SAMSAH consistent à compenser les difficultés liées au handicap psychique, à travers un accompagnement adapté par une équipe pluridisciplinaire, en travaillant conjointement dans les domaines du social et du soin, en coordonnant les actions conduites auprès de la personne.

Le SAMSAH propose donc une stratégie globale d'intervention qui vise le bien-être de la personne et le développement de l'autonomie et de l'autodétermination.

Sur le principe de subsidiarité, le SAMSAH s'inscrit dans un travail de coopération avec les acteurs du réseau afin de proposer des solutions variées et adaptées aux attentes et aux besoins des personnes.

Le SAMSAH de l'ADAPEI peut aussi proposer, sur orientation de la MDPH, une intervention précoce dans le parcours de soins. Favorisant d'abord une relation de confiance, les personnes éloignées d'un suivi sanitaire, depuis parfois des années, ont besoin d'un étayage sur leur situation sociale et/ou administrative avant un accès aux soins. Le rôle du Médiateur Santé Pair dans cette démarche est un levier supplémentaire et régulièrement apprécié par les personnes accompagnées.

Le recours à de nouvelles compétences, telles que l'ergothérapeute et la neuropsychologue, constituent également des atouts dans cet accompagnement précoce.

L'extension du SAMSAH est aussi une opportunité de développer de nouvelles actions ou d'en renforcer d'autres :

- Actions de sensibilisation sur le handicap psychique en interne à l'Association mais aussi au sein d'instituts de formation
- Communications adaptées auprès d'un public de plus en plus jeune et utilisant des outils de communications numériques
- Partenariat avec d'autres associations tel que celui avec l'UNAFAM afin de proposer Groupe d'échanges entre pairs (personnes en souffrance psychique, proches et professionnels)

Ces actions ont été freinées par le contexte sanitaire actuel mais nous maintenons ces objectifs pour les années à venir.

Le SAMSAH, comme le SAVS est un service du Pôle Habitat et Vie Sociale qui comprend également les Foyers d'Hébergement, Foyers de Vie et les MAPHA (Maison d'Accueil de Personnes Handicapées Agées) gérées par l'ADAPEI 79.

Isabelle CHÂTAIGNIER
Directrice du Pôle Habitat et Vie Sociale
Adapéi 79

LA COVID S'INVITE, MAIS LES GEM RÉSISTENT !

• **Le GEM de Parthenay poursuit quelques activités et maintient les liens**

Le Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) de Parthenay sort peu à peu de cette période difficile de confinement et post-confinement. Entre mars et mai 2020, les membres ont été contactés très régulièrement pour les soutenir dans ces moments compliqués pour tous.

A partir du mois de mai, les locaux sont ouverts avec une présence maximum de 10 participants. Depuis juillet, l'association « Le Vent de l'Espoir » a repris la plupart de ses activités avec le port du masque obligatoire en intérieur, ce qui constitue une contrainte pour un certain nombre de membres.

Les activités cuisine, bien-être n'ont pas encore repris. Mais des activités à la journée ont pu être organisées : une journée pêche avec pique-nique au plan d'eau des Loges à Parthenay, une sortie à la mer à la Tranche.

L'association était aussi présente aux journées parthenaisiennes des associations pour montrer ce qui se fait au GEM mais surtout pour prendre des contacts et s'insérer dans le tissu associatif de la ville.

Souhaitons que toutes les activités reprennent un cours normal le plus rapidement possible.

André Quinault



Le GEM de Parthenay, aux multiples activités, en images



• Bilan annuel du GEM « Au fil de la Mosaïque » à Niort

L'année 2020, fragmentée par deux confinements consécutifs, nous a permis d'éprouver la solidité des liens au sein du GEM « Au fil de la Mosaïque ». Une page Facebook a été créée (<https://www.facebook.com/gem.au.fil.de.la.mosaïque/>). Des contacts téléphoniques et visio se sont mis en place pour soutenir les plus en demande.

Durant le répit de l'été, se sont organisées pas mal de sorties, incluant le Tour de France pour l'étape à Saint-Maxire. Grâce au respect des normes sanitaires, le GEM a pu rester ouvert durant le second confinement, avec des ateliers tenus par les adhérents (l'atelier produits ménagers de Monique, atelier Benèze avec Brigitte et le projet audio de Grégory). En fil rouge, nous avons eu la confection d'une mosaïque qui orne l'entrée du local ainsi qu'un atelier de confection de masques.

Nous avons dit au revoir à Florine, notre animatrice référente. Et nous la remercions chaleureusement pour les années qu'elle nous a consacrées et nous souhaitons la bienvenue à Florence qui a pris le relais au courant de l'été. Une assemblée générale a pu se tenir fin 2020 pour conclure l'année avec l'élection du nouveau président Gauvain Cartier.

Le GEM Au fil de la Mosaïque



*Quelques activités du GEM
« Au fil de la Mosaïque »*



• **Journée conviviale à Melle**

Visite des Mines d'Argent.

Samedi 29 août 2020, rendez-vous 11h sur le parking. Une dizaine d'adhérents UNAFAM sont au rendez-vous. Comme le temps est un peu frais pour le pique-nique en plein air, nous décidons, avec l'autorisation de l'animateur, de nous replier dans les locaux du GEM (inoccupés à cette heure).

Nous nous y rendons par le Chemin de la Découverte. Pique-nique sorti du sac, distanciations respectées. Jean, l'animateur, se joint à nous au moment du café.

A 14h, nous sommes aux Mines d'Argent pour la visite guidée. Très beau parcours dans une partie des galeries creusées au Moyen-âge dans le sol Mellois.

Et pour clore cette journée conviviale, nous retournons au local du GEM rendre visite aux adhérents présents ce samedi après-midi. Rencontre cordiale autour d'une boisson chaude.

Reine Fouladoux

• **Le GEM de Melle garde les liens**

Stop on ferme ! Pour Jean (l'animateur qui intervient sur Melle et Niort) et moi, pas question de laisser les adhérents ni de les réduire au silence.

L'Udaf avait proposé que les différents animateurs de Parthenay, Saint Maixent, Niort et Melle, prennent en charge des appels téléphoniques réguliers. Avec Jean nous proposons de prendre en charge ces appels puisque nous sommes en lien avec les adhérents, nous choisissons de conforter ce lien. Ainsi nous avons appelé régulièrement chacun en fonction de ses besoins, tout en faisant un point entre nous au moins une fois par semaine.

L'heure de sortie autorisée et les dérogations ont aussi permis de faire une marche avec l'un ou l'autre.

Il est à noter que le CMP de Melle a apporté un soutien réel à quelques personnes en difficulté.

Dès que possible la reprise s'est opérée dans un grand respect des normes, et depuis, 2°, 3°..... nous continuons.

Vive le Gem qui reçoit plein de nouvelles demandes et qui pourrait très avantageusement ouvrir à plein temps !!!

Annick Le Meaux

SIGLES

Vous trouverez ici l'ensemble des sigles utilisés dans notre rapport d'activité.

ADAPEI	Association Départementale de Parents et Amis de Personnes handicapées mentales
CAF	Caisse d'Allocations Familiales
CDU	Commission des Usagers
CLSM	Conseil Local de Santé Mentale
CTSM	Contrat Territorial de Santé Mentale
EMAPP	Equipe Mobile d'Action Psychiatrique pour la Précarité
EPCNPH	Etablissement Public Communal Niortais pour Personnes Handicapées
GEM	Groupe d'Entraide Mutuelle
MAPHA	Maison d'Accompagnement de Personnes Handicapées Agées
MDPH	Maison Départementale des Personnes Handicapées
MSP	Médiateur Santé Pair
PCH	Prestation de Compensation du Handicap
PSSM	Premiers Secours en Santé Mentale
PTSM	Projet Territorial de Santé Mentale
UDAF	Union Départementale des Associations Familiales
UNAFAM	Union Nationale de Familles et Amis de Personnes Malades et/ou handicapées psychiques
SAMSAH	Service d'Accompagnement Médico-Social pour Adultes Handicapés
SAVS	Service d'Accompagnement à la Vie Sociale
SISM	Semaines d'Information sur la Santé Mentale

mon GPS

Guide Prévention et Soins
en santé mentale



PSYCOM

● Me connaître

Comment suis-je quand je vais bien ?

Comment je me sens _____

Ce que je fais _____

Ce que je pense _____

Ce que mon entourage me dit _____

Qu'est-ce qui peut m'amener à être en difficulté ?

Comment suis-je quand je vais mal ?

Comment je me sens _____

Ce que je fais ou ne fais plus _____

Ce que je pense _____

Ce que mon entourage me dit _____

Ce qui change dans mes relations avec eux _____

Ce qui change dans mon lieu de vie _____

2



Ce qui me perturbe

<input type="checkbox"/> Envie de ne rien faire	<input type="checkbox"/> Agacement/tension
<input type="checkbox"/> Difficultés à dormir	<input type="checkbox"/> Sensation de vide
<input type="checkbox"/> Angoisses	<input type="checkbox"/> Idées bizarres
<input type="checkbox"/> Idées noires/tristesse	<input type="checkbox"/> Impression que l'on me veut du mal
<input type="checkbox"/> Voix méchantes et/ou insupportables	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____

♥ Mes personnes de soutien

Les personnes* sur lesquelles je peux compter

Qui ?	Téléphone	Prévenir en cas d'urgence	
		Oui	Non
1			
2			
3			
4			

*Je les ai informées de l'existence de « mon GPS »

J'ai confiance en _____

Si jamais je vais mal, il ou elle pourrait me soutenir, en aidant à la prise de décision, en assurant mes droits et en suivant mes soins. Je pourrais le ou la nommer **ma personne de confiance**.

Si elle est d'accord
ma personne de confiance
peut signer ici



Mon équipe référente

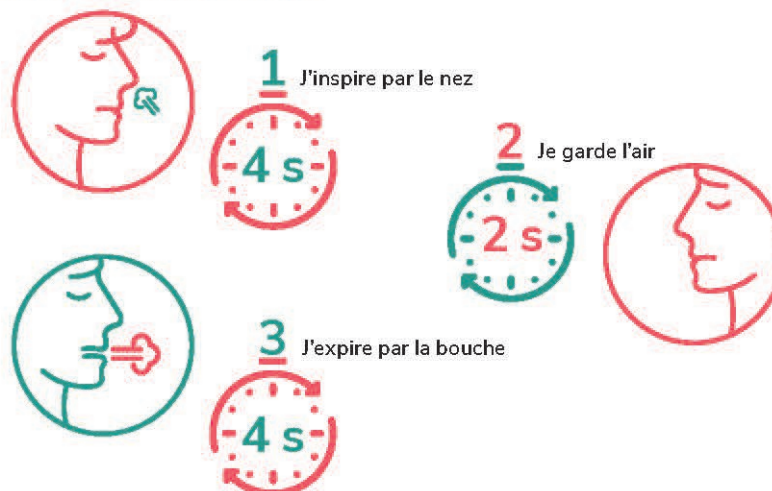
Fonction	Nom	Téléphone
Psychiatre référent		
Médecin généraliste		
Curateur/tuteur		
Mon référent		

Les personnes que je ne veux pas voir quand je ne vais pas bien

-
-
-

♥ Ce qui m'aide quand je ne vais pas bien

La respiration pour me détendre



Oser appeler mes personnes de soutien !

4



- Ce qui m'aide quand je ne vais pas bien

- Ce qui ne m'aide pas quand je ne vais pas bien


- Les endroits où je peux trouver de l'apaisement

- Si cela ne s'arrange pas, qu'est-ce que je peux faire de plus ?

- Quelles peuvent être les alternatives à l'hospitalisation ?



SI CELA NE VA VRAIMENT PAS !

Le CMP en urgence du lundi au vendredi 

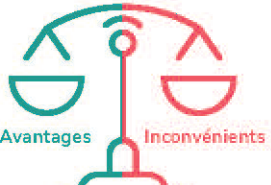
Les urgences d'un hôpital 

 le 112

● Traitements et interventions

Mon traitement médicamenteux actuel

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Médicaments ou interventions qui m'ont aidé-e par le passé

Exemples d'interventions : psychothérapie, ergothérapie, activités...

Pourquoi ?

Médicaments ou interventions qui ne m'ont pas aidé-e par le passé

Pourquoi ?

Autre médicament ou intervention à envisager ?

Effets indésirables de mon traitement médicamenteux

- Cochez les effets indésirables que vous rencontrez
- Entourez les deux effets indésirables les plus gênants pour vous

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Fatigue | <input type="checkbox"/> Constipation |
| <input type="checkbox"/> Prise de poids | <input type="checkbox"/> Troubles de la libido |
| <input type="checkbox"/> Tremblements | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Médicaments que je souhaite éviter si possible

Mes autres problèmes de santé

Mes douleurs physiques



● Et si je suis hospitalisé·e...

Ce que mes personnes de soutien pourraient faire pour m'aider

(ex. : valise, ordonnances, cigarettes, animaux, travail et/ou formation, frigo, factures...)

- _____
- _____
- _____
- _____

Ce que j'aimerais avoir avec moi pendant l'hospitalisation

- _____
- _____
- _____
- _____

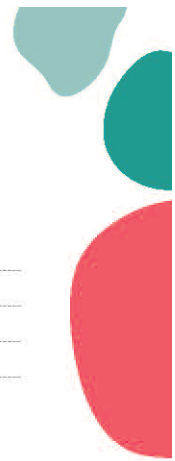
Ma contraception



Ce qui m'agace quand je suis hospitalisé·e

(ex. : être tutoyé·e, ne pas voir mes proches, devoir porter un pyjama, ne pas pouvoir sortir fumer...)

- _____
- _____
- _____
- _____



Ce qui pourrait me calmer quand ça ne va vraiment pas

- _____
- _____
- _____
- _____

Ce qui pourrait rendre mon hospitalisation plus facile

(ex. : pratique religieuse, alimentation, chambre seule, choisir mes vêtements...)

- _____
- _____
- _____
- _____

Et si une hospitalisation est vraiment nécessaire mais que je m'y oppose

Qui pourrait faire la demande d'hospitalisation à ma place ? _____

Personne que je préférerais que l'on ne sollicite pas _____

Personne de mon entourage qui préférerait ne pas être sollicitée pour une demande d'hospitalisation _____

Ce que je veux que l'on respecte si je suis hospitalisé-e





Mémo*

Rester entouré-e, m'appuyer sur mes soutiens.



Bien dormir.



Rester loin de l'alcool, du cannabis et des autres drogues.



Respecter la prise de mon traitement.



Réfléchir avant de prendre des décisions importantes.
Vaudrait-il mieux, peut-être, les reporter ?



Comprendre qu'aller moins bien n'est pas un retour en arrière.



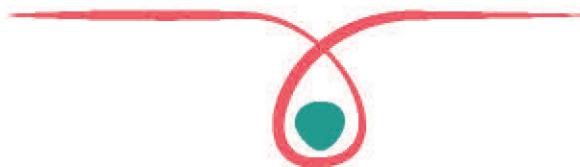
Me rappeler que des aides efficaces existent et sont disponibles.
Ne pas attendre que les choses s'arrangent d'elles-mêmes.



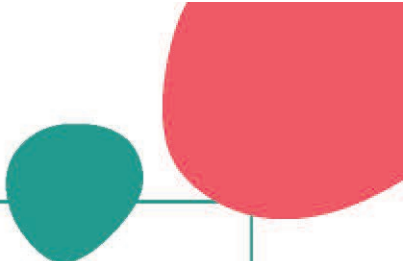
Si l'aide est rapide, je me rétablirai plus facilement.



Garder espoir.



**Propositions faites par des personnes vivant avec des troubles psychiques, lors des focus groupes de construction de « mon GPS ».*



Mes notes personnelles

J'ai construit « mon GPS » en échangeant avec

J'ai choisi d'en remettre une copie à

Ils ou elles veilleront à ce que ce guide soit bien utilisé le cas échéant.

Je suis d'accord pour que « mon GPS » soit intégré à mon dossier patient.

Non Oui

Mon ou ma médecin psychiatre en a été informé-e

Non Oui

Signature du médecin

J'ai actualisé « mon GPS » le / /

Ma signature

Ce document n'a pas de caractère légal et ne peut pas entraîner d'obligation.

« mon GPS - Guide Prévention et Soins » vise à faciliter l'expression et le respect des souhaits des personnes, dans l'hypothèse où elles ne seraient plus en mesure de consentir.

Le kit pédagogique « mon GPS » comprend ce livret et des notices explicatives, téléchargeables sur le site www.psycom.org

« mon GPS » a été élaboré par Marie Condemine et Ofelia Lopez Hernandez (psychologues, Association PRISM), en partenariat avec Psycom.

Il a été construit selon une démarche participative, avec des personnes vivant avec des troubles psychiques, des proches et des professionnels de la santé et du social.



Label Droits des usagers de la santé 2020

Prix du jury du Concours « Droits des usagers de la santé »
Édition 2020/Ministère des Solidarités et de la Santé

Soutien à la diffusion :



« mon GPS » est placé sous licence Creative Commons
Attribution-Pas d'utilisation commerciale
Pas de modifications (CC BY-NC-ND 3.0 FR)
creativecommons.org