

## Françoise veut déstigmatiser les troubles psychiques

Créée en 1963, l'Unafam soutient les familles et lutte contre la stigmatisation des maladies mentales. Rencontre avec Françoise Avice, bénévole et future déléguée de la Manche.

### Solidarités

Fin janvier, les personnels de La Fondation du Bon Sauveur manifestaient devant les grilles de l'établissement du Centre des Genêts. Ils alertaient sur les difficultés rencontrées par les services de psychiatrie. Plusieurs représentants de l'Union nationale des familles des personnes malades et/ou handicapées psychiques (Unafam), étaient présents pour les soutenir.

« Nous sommes très inquiets du manque de médecins, à la fois psychiatres et généralistes, explique Françoise Avice, bénévole. L'Unafam se bat pour que les droits des malades et de leurs familles soient respectés et cela passe par un soutien du personnel médical. »

### 2 000 bénévoles en France

L'Unafam a été créée en 1963 pour accueillir, soutenir et informer les familles confrontées aux troubles psychiques de l'un des leurs. Elle regroupe actuellement 2 000 bénévoles formés au plan national. La délégation de la Manche en compte quatorze.

Tous sont formés à l'accueil et à l'écoute et peuvent recevoir les familles en présentiel ou parler avec elles lors de permanences téléphoniques. Accompagnés d'un psychologue, ils interviennent aussi dans des groupes de parole en tant que coordi-

nateur.

Pierre a un fils diagnostiqué schizophrène. Il explique : « La première difficulté, c'est de comprendre ce qu'est cette maladie et les modifications du comportement qu'elle induit. La seconde est de savoir ce qu'on peut faire pour aider le malade, d'autant plus que lorsque l'enfant devient majeur, les informations ne nous sont plus communiquées. L'Unafam m'a été d'une grande aide. »

Anne-Marie a une fille qui a commencé à avoir des hallucinations à l'âge de 20 ans, puis a développé des crises de paranoïa : « Elle a accepté les soins et a trouvé un psychiatre pour suivre une psychothérapie. Mais quand j'ai voulu signaler au psychiatre que ma fille n'allait pas bien et qu'elle était en crise, il n'a pas voulu me parler alors que je voulais savoir ce qui se passait. »

### « Cela m'a permis de rompre de l'isolement »

Elle ajoute : « En tant que parent, on culpabilise énormément et l'entourage, souvent, nous fait aussi culpabiliser au lieu de nous aider. Heureusement, on m'a parlé de l'Unafam que j'ai appelé et qui m'a énormément aidée. Cela m'a permis de rompre l'isolement et de m'exprimer sans être jugée et d'échanger avec des personnes vivant des expériences similaires. »

ces similaires. »

Jeanne a également rencontré des difficultés avec son fils. « Quand il était jeune et dès qu'il avait une contrariété, explique cette maman, il s'énervait et cassait les portes. Il n'a été diagnostiqué schizophrène qu'à l'âge de 22 ans. J'ai été très soutenue par l'Unafam et je veux lui rendre ce qu'elle m'a donné en devenant bénévole. »

### Des maladies « incomprises du grand public »

Françoise Avice sera bientôt déléguée départementale pour la Manche. Elle sait qu'il « n'est pas facile de parler de ces maladies autour de soi » et ce que cherche l'association, par l'intermédiaire de ses bénévoles, c'est justement « de déstigmatiser ces maladies ».

La bénévole concourt également à des journées d'information sur les troubles psychiques mais aussi des journées de formation sur le meilleur accompagnement possible des malades.

L'association est là aussi pour informer les familles sur les dispositifs d'accompagnement social et médico-social, sur l'articulation des différents soins mais aussi sur les droits et les ressources comme l'Allocation adulte handicapé (AAH).

Aujourd'hui, plus de trois millions de personnes sont concernées par



Françoise Avice, est bénévole de l'Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques (Unafam) dans le département et deviendra, fin février, la déléguée départementale de l'association. | PHOTO : OUEST FRANCE

des troubles psychiques sévères en France, selon l'association. « Ce sont des maladies encore taboues et souvent incomprises du grand

public, résume Françoise Avice. En plus de l'écoute, de l'accueil et de l'information des familles, nous luttons par différentes actions contre

les préjugés et nous soutenons activement la recherche dans les pratiques de soins et d'accompagnement ».