

©Thierry, Débonnaire



NOS VIES EN CES TEMPS DE CRISES

La guerre en Ukraine nous rappelle la fragilité de nos vies et celle de nos démocraties. Permettez-moi un mot de soutien à ceux qui défendent chèrement leur liberté, à ceux qui ont quitté leur pays, aux enfants que la guerre déracine. Environ 150 000 Ukrainiens

handicapés, dont un grand nombre d'enfants, sont déjà arrivés en Pologne, fuyant la guerre, exposés à de graves risques pour leur vie. Avec les associations du handicap, nous demandons qu'ils soient accueillis et aidés. Nous avons une pensée particulière pour les personnes vivant avec des troubles psychiques et leurs familles. La guerre génère stress, privations, peurs, angoisses, pénurie de médicaments... Autant de situations qui risquent d'aggraver la souffrance et les troubles. Nous n'oublions pas que des milliers de personnes ont été abandonnées jusqu'à la mort entre les murs des hôpitaux psychiatriques durant la Seconde Guerre mondiale.

Nous avons cette chance de vivre en paix dans un pays démocratique qui prépare les prochaines échéances électorales. Parce que l'Unafam souhaite faire de la santé mentale et de la psychiatrie une grande cause, nous nous sommes mobilisés pour présenter nos [10 mesures](#) aux futurs candidats et à leurs équipes de campagne. Nous avons porté la nécessité de mettre la santé et le handicap au cœur des programmes parce que nous avons besoin d'une politique qui prenne des mesures fortes, sans doute contraignantes, mais nécessaires, pour mettre fin au délitement du service public de santé. L'Unafam rappelle que la crise sanitaire a mis en exergue des difficultés préexistantes d'accès à des parcours de vie satisfaisants. Parler de la santé mentale et de la psychiatrie ne suffira plus, nous avons besoin d'un

plan mettant en adéquation les attentes des personnes, les besoins, les moyens, et les réponses à apporter tant en terme sanitaire qu'en terme social. Il y a une crise de sens pour beaucoup de professionnels de la santé, du social et du médicosocial. Quels engagements sont aujourd'hui pris par les candidats pour accompagner les évolutions des métiers du soin et de l'autonomie, pour renforcer les compétences et promouvoir les bonnes pratiques, pour redonner ce sens aux métiers de l'humain ? Rendez-vous sur notre [comparateur](#) de programmes.

Au-delà du sens, il y a nécessité de répondre aux besoins par une évolution majeure de notre système de protection sociale. Le législateur a créé une 5^{ème} branche de sécurité sociale, dont le pilotage a été confié à la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie (CNSA). Son conseil, dont l'Unafam est membre, a voté le 14 mars les [orientations](#) de cette branche autonomie. Elles visent à promouvoir la solidarité et l'exercice d'une pleine citoyenneté en favorisant notamment la représentation et la participation de la personne, quels que soient son âge ou sa situation de handicap, en prenant en compte ses aspirations, son libre choix et sa capacité d'autodétermination, en soutenant l'égalité des chances et la lutte contre les discriminations, notamment l'âgisme, et en mobilisant l'ensemble des moyens nécessaires à l'exercice de ses droits. La CNSA a aussi pour mission "d'aider ceux qui aident" en apportant son soutien aux proches aidants. Vous l'aurez compris au-delà des mots il y a des enjeux de financement et de soutenabilité de la dépense tant à l'échelle individuelle que collective. Nous aurons à veiller à ce qu'ils soient à la hauteur des défis.

En ces temps de conflits, accueillir les plus vulnérables et porter sans relâche les droits de chaque citoyen est notre responsabilité.

■ Marie-Jeanne Richard, Présidente

Présidentielles : l'Unafam lance un comparateur des programmes

A quelques semaines des élections, l'Unafam lance un comparateur de programmes politiques en ligne sur laforcedavancer.unafam.org, site que nous avons lancé le 10 octobre dernier à l'occasion de la Journée mondiale de la santé mentale pour interpellier les candidats à l'élection présidentielle avec 10 mesures autour de la santé mentale. Ce comparateur se veut non partisan. Il a

pour vocation d'éclairer le grand public sur les principales propositions connues à ce jour des candidats à la présidentielle autour de la santé mentale, des troubles et du handicap psychiques. Il est mis à jour régulièrement avec les éventuelles nouvelles propositions des candidats d'ici l'élection. [En savoir plus](#)

Actualités Unafam

Dépression : l'Unafam propose une nouvelle formation en ligne

À l'échelle mondiale, environ 280 millions de personnes souffrent de dépression. Vivre avec un proche souffrant de dépression, c'est souvent se sentir impuissant, inquiet pour sa santé, parfois pour sa vie. Comment l'aider ? Comment réagir ? Que dire (ou pas) ? Quels pièges éviter ? Comment se préserver ? Rendez-vous sur [Formaidants](#) pour découvrir notre nouveau module e-learning gratuit et accessible sur n'importe quel dispositif.

Recherche : l'Unafam s'engage

Soucieuse de répondre aux préoccupations des familles espérant de nouvelles pistes thérapeutiques et des actions innovantes favorisant l'inclusion sociale, l'Unafam s'engage pour soutenir la recherche sur les maladies psychiques et leurs répercussions en termes d'autonomie et de participation sociale. En 2022, l'Unafam attribuera deux prix de 5 000 euros chacun à des jeunes chercheurs sur la thématique des troubles psychiques sévères de l'enfant, de l'adolescent et/ou de l'adulte. Date limite d'envoi des dossiers : 30 avril 2022. [En savoir plus](#)

Personnes vivant avec un trouble psychique et leurs aidants : améliorer les réponses

Isolement et contention : le décret enfin publié

Le décret modifiant la procédure applicable devant le juge des libertés et de la détention en matière d'isolement et de contention dans le cadre de soins psychiatriques sans consentement vient d'être publié ce 25 mars. Il prévoit notamment que le médecin informe du renouvellement exceptionnel des mesures, dans le respect de la volonté du patient et du secret médical "par tout moyen [...] au moins un membre de la famille du patient, en priorité son conjoint, le partenaire lié à lui par un pacte civil de solidarité ou son concubin, ou une personne susceptible d'agir dans son intérêt". Ces proches doivent être avertis de leur droit de saisir le juge aux fins de mainlevée d'une mesure d'isolement ou de contention lors du premier renouvellement d'une mesure prise, dans les cas de renouvellement exceptionnel après les durées totales prévues, après une admission en hospitalisation complète en soins sans consentement. [En savoir plus](#)

Logement : une enquête pour améliorer les pratiques professionnelles

La Haute autorité de santé (HAS) lance un questionnaire en ligne pour recueillir l'expérience des acteurs en vue de l'élaboration d'une recommandation de bonnes pratiques professionnelles intitulées "Accompagner vers et dans l'habitat" à destination des professionnels, des personnes accompagnées et de leur entourage. Un sujet brûlant pour l'Unafam : si 30% des familles vivent avec leurs proches ce n'est pas toujours par choix ! Clôture de l'appel le 11 avril 2022. [En savoir plus](#)

Une étude nationale pour définir les GEM de demain

Pour mieux soutenir les Groupes d'entraide mutuelle (GEM) et tirer des enseignements de la crise sanitaire, le Collectif National InterGEM (CNIGEM) lance une étude jusqu'au 15 avril. Les réponses à ces questionnaires anonymes permettront de partager les préoccupations des adhérents avec les partenaires des GEM (l'État, la CNSA, les collectivités territoriales) pour que ces structures de lien et d'entraide puissent remplir leurs

missions et développer le pouvoir d'agir. Si vous avez un proche "gemmeur", n'hésitez pas à lui faire suivre ce questionnaire. [En savoir plus](#)

Culture : pour un meilleur accès

La Fondation Malakoff Humanis Handicap lance une étude Handicap & Culture à laquelle l'Unafam apporte sa contribution. Jusqu'au 6 avril, l'enquête est disponible via un questionnaire anonyme. Cette étude permettra d'identifier les freins existants et de contribuer à répondre aux besoins des personnes en situation de handicap et de mieux accompagner les acteurs culturels dans leur démarche d'accessibilité. [En savoir plus](#)

Droits : des informations de nos partenaires

Plateforme anti-discriminations : un an déjà !

En un an, la plateforme anti-discriminations créée sous l'égide du Défenseur des droits a reçu 14 000 sollicitations dont 11 000 appels au 39 28 et plus de 3 000 tchats, soit une hausse de 26 % par rapport à 2020. 50% des appels en matière de discrimination concernent l'emploi, 24% le critère du handicap. 70% des appels reçus ont été orientés vers une saisine du Défenseur des droits. [En savoir plus](#)

Handicap : un recueil des droits dans l'Union européenne

Le Conseil français des personnes handicapées pour les questions européennes (CFHE) vient de traduire en français le livret « Vos droits au sein de L'Union Européenne (UE) », actualisé par le European Disability Forum (Forum européen des personnes handicapées - FEHPH), dont la première version a été publiée en 2018. Cette publication apporte un éclairage sur le fonctionnement de l'UE, l'histoire et l'évolution des droits des personnes en situation de handicap dans l'UE, les droits légaux. Le livret présente également une liste d'organismes à contacter en cas de non-respect de ces droits. [En savoir plus](#)

Santé mentale des jeunes

Adolescents : une campagne publique pour la santé mentale

Jusqu'en juin 2022, Santé publique France rediffuse et renforce sa campagne de juin 2021 #JenParleA. Après deux ans de pandémie de COVID-19, la santé mentale de toute la population, en particulier celle des enfants et des adolescents, est un sujet de préoccupation. La campagne #JenParleA a pour objectif de libérer la parole et d'inciter les adolescents en situation de mal-être à en parler. [En savoir plus](#)

Santé mentale et famille : zoom sur les jeunes

A l'occasion du Forum "Jeunes et santé mentale" du Psychodon qui s'est tenu le 10 mars au Ministère des Santé et de la Solidarité, l'Unafam a organisé avec le Céapsy une table ronde "Jeunes, santé mentale et famille" avec Alexandra Bichon (maman, membre de l'Unafam et fondatrice des Assiettes chinoises), Laurent Lecardeur (Psychologue PhD), Hélène Davtian (Psychologue PhD, Les Funambules - Falret), Vincent Lochmann (Journaliste et assesseur culture et médias au CNCPPH). [Voir le replay](#) Pour faire suite à ce forum, le psychodon lance un appel à projets "Jeunes et santé mentale". Tous les porteurs de projets, sur les territoires, en lien avec la santé mentale des jeunes peuvent postuler jusqu'au 14 avril 2022. Les 5 lauréats présenteront leur projet lors de la soirée annuelle du Psychodon à l'Olympia le lundi 13 juin 2022. [En savoir plus](#)

Schizophrénies, troubles bipolaires : l'Unafam vous donne rendez-vous le 30 mars !

A l'occasion de la Journée mondiale de la schizophrénie et de la Journée mondiale des troubles bipolaires, pour tous ceux qui se sentent démunis face aux troubles psychiques d'un proche, qui voudraient l'aider davantage mais sans savoir comment, l'Unafam propose une

émission en direct (live) d'une heure sur Facebook le 30 mars à 18h pour présenter nos formations Mieux accompagner un proche souffrant de schizophrénie et Adapter sa communication avec un proche souffrant de troubles bipolaires. [Inscriptions](#)

Présidentielles : les candidats passés au grill sur le handicap

L'Unafam a participé au Grand Oral du Handicap avec le Collectif Handicaps les 3 et 14 mars derniers. Durant cet échange, les candidats à la présidentielle ont été invités à exposer leur vision du handicap et leurs principales propositions en langage simplifié, puis à répondre à des questions enregistrées posées par des personnes en situation de handicap et leurs familles. [Voir le replay](#)

"A la folie", ou la famille à l'épreuve des troubles psychiques

Emmanuelle retourne dans la maison de son enfance le temps d'un week-end avec son amoureux pour l'anniversaire de sa mère. Elle y retrouve Nathalie, une jeune femme intense à qui la schizophrénie n'a pas permis de quitter la maison maternelle et dont les troubles ont longtemps reposé sur les épaules de la petite sœur Emmanuelle. D'élans d'amour en épuisement, en passant par l'évitement, la colère et la jalousie, la réalisatrice Audrey Estrougo s'inspire de son vécu pour ce film puissant que l'Unafam a choisi de soutenir, entre la fresque et le huis-clos : "La maladie est le rongeur qui a bouffé tous les câbles : on passe du court-circuit à plus de courant du tout. Chacun vit la maladie avec ce qu'il est, mais tout seul." A voir en salles à partir du 6 avril. [En savoir plus](#)

Psycyclette : en avant pour la 8e édition !

Du 6 au 13 juin 2022, l'Unafam organise la 8e édition de Psycyclette, notre randonnée cyclotouriste de 1 300 km contre les idées reçues et un défi audacieux : traverser la France à vélo en faisant participer des personnes vivant avec des troubles psychiques, des soignants, des bénévoles de l'Unafam et des cyclotouristes avertis. Plus de 150 psycyclistes iront à la rencontre des habitants de chaque ville traversée pour parler de leur initiative et briser les tabous sur les maladies psychiques à travers des manifestations festives. Deux parcours se retrouveront le 13 juin à Paris après avoir quitté successivement Rouen et Tours, pendant qu'une troisième équipe ralliera Gap à Monaco.

Pour en savoir plus, suivez-nous : [Facebook](#), [Twitter](#), [LinkedIn](#), [Instagram](#)



Agenda

Journée Européenne 2022 de vos Droits en Santé (JEDS)

4 mars - 18 avril

France Assos Santé

[En savoir plus](#)

MOOC : le rétablissement en santé mentale

28 mars - Distanciel

Haute école spécialisée de Suisse Occidentale

[En savoir plus](#)

Hello Handicap

26-29 avril - Distanciel

Salon de recrutement en ligne

[En savoir plus](#)

La place du corps dans le soin psychiatrique

28 avril - Distanciel

Chaire de Philosophie à l'hôpital

[En savoir plus](#)

▪ Foire aux questions Service Social ▪

A présent, comment sont prises en compte les ressources du conjoint lorsque l'allocataire de l'Allocation adulte handicapé (AAH) vit en couple ? Mme R (92)

A l'issue des débats au Parlement sur une éventuelle déconjugalisation des revenus du conjoint pour le calcul de l'AAH, l'individualisation de l'AAH a été rejetée : les ressources du conjoint, concubin, partenaire de PACS continuent à être prises en compte pour calculer le montant d'AAH à verser à son conjoint allocataire. Mais selon une nouvelle modalité effective depuis Janvier 2022, un abattement forfaitaire d'un montant de 5 000 € remplace l'ancien abattement de 20% et s'applique sur les ressources du conjoint pour les bénéficiaires de l'AAH qui vivent en couple, auquel s'ajoute un montant supplémentaire d'abattement de 1 400 € par enfant à charge.

A savoir : c'est la Caisse d'allocations familiales (CAF) qui applique automatiquement l'abattement. Les revenus du conjoint sur lesquels s'applique cette réduction de 5 000€ et éventuellement celle de 1 400€ sont les salaires, traitements pensions, rentes viagères à titre gratuit, les revenus des activités agricoles ou commerciales, artisanales, libérales, la rémunération garantie versée en établissement ou service d'aide par le travail (Ésat).

Rappels :

- Lorsque l'allocataire de l'AAH ne travaille pas, ce sont les revenus de l'avant-dernière année qui sont pris en compte par la CAF. Lorsqu'il a un emploi, les revenus sont déclarés trimestriellement.

- En 2022, le plafond de ressources (revenu net catégoriel) à ne pas dépasser pour qu'un allocataire de l'AAH

vivant en couple puisse avoir droit à un montant d'AAH est de 19 626 €. Ce plafond de ressources est augmenté de 5 422 € par enfant à charge. L'AAH étant une allocation subsidiaire, le montant de celle-ci sera calculé en fonction des ressources du foyer : il s'agira donc selon les situations, d'une AAH différentielle ou d'une AAH à taux plein.

- Le revenu net catégoriel dont la CAF tient compte apparaît sur l'avis d'imposition sur la ligne "Revenu imposable". Le revenu net catégoriel est composé des revenus imposables diminués des charges et des abattements fiscaux (l'AAH n'est pas imposable).

Référence : Décret n° 2022-42 du 19 janvier 2022 relatif à l'Allocation adulte handicapé

■ Isabelle Lannuzel, Assistante sociale Unafam (Région Île-de-France), isabelle.lannuzel@unafam.org

▪ Le service écoute-famille vous recommande ▪

[Les 3 niveaux de changement : comment obtenir un changement sans effort ?](#) et [Provoquer le changement : les 9 prémices du changement](#) - Julien Besse (Psychologue)

Deux vidéos utiles en tant qu'aidant, mais aussi pour comprendre les obstacles, l'ambivalence au changement de son proche : comment instaurer un changement face à une situation problématique, source de souffrance, en passant de la question du pourquoi (recherche des causes), à celle du comment (pistes, ouvertures pour tendre vers une solution).

▪ Formations pour les aidants ▪

► Mieux accompagner un proche souffrant de schizophrénie

2 avril 2022 : Trappes (78)

9 avril 2022 : Rodez (12)

► Adapter sa communication avec un proche souffrant de troubles bipolaires

2 et 3 avril 2022 : Bois-Colombes (92)

2 et 9 avril 2022 : Rennes (35)

23 avril 2022 : Montpellier (34)

► Atelier d'entraide PROSPECT

1er, 2, 3 avril 2022 : Poitiers (86)

2 et 9, 10 avril 2022 : Annecy (74)

8, 9 et 16 avril 2022 : Créteil (94)

30 avril et 7, 8 mai 2022 : Bourg-en-Bresse (01)

► Journée d'information sur la dépression sévère

2 avril 2022 : Lyon (69)

30 avril 2022 : Château-Arnoux (04) ; Amiens (80)

Avec le soutien de la
Caisse nationale de
solidarité pour l'autonomie



UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES
MALADES ET/OU HANDICAPÉES PSYCHIQUES

ASSOCIATION RECONNUE
D'UTILITÉ PUBLIQUE

12, villa Compoin 75017 Paris
Tél. : 01 53 06 30 43 / Écoute-famille : 01 42 63 03 03