

L'Édito



Chers Adhérents, Partenaires, Bénévoles et Salariées,

En cette année 2023, notre Délégation Régionale a comme partout en France un fil rouge : les 60 ans de l'Unafam.

Un anniversaire qui nous incite à regarder en arrière pour mesurer le chemin parcouru durant ces années passées au rythme des combats menés en faveur des droits des personnes qui vivent avec des troubles psychiques et de leur entourage. Des espoirs déçus, mais aussi de belles victoires.

Forte de son histoire, notre association est aujourd'hui un acteur en santé mentale incontournable. Nous remercions toutes celles et ceux qui, avant nous, ont participé au déploiement progressif des Délégations Départementales pour soutenir les familles qui accompagnent un proche malade, défendre leurs droits et lutter contre la stigmatisation dont elles souffrent. Nous devons à présent regarder vers l'avenir pour poursuivre les combats menés et avoir des ambitions à la hauteur des discriminations dont sont encore trop souvent victimes personnes concernées et familles.

C'est là le sens que nous donnons à cet anniversaire, à travers l'organisation d'événements sur chaque territoire. Avec un double objectif : nous rendre visibles pour des familles qui sont encore dans l'isolement et le désarroi et que nos partenaires locaux sachent qu'ils peuvent compter sur nous pour œuvrer collectivement.

Renforcer notre action reste notre ambition première et nos groupes de travail régionaux s'y emploient. Quelques exemples : compléter notre aide auprès des familles en proposant des services au bénéfice des fratries ; soutenir nos « Représentants des Usagers » ; développer les compétences des « référents GEM » pour renforcer leur rôle de médiateur ;

Et aussi, développer la notion « d'aller vers » en reproduisant l'action menée dans les Deux-Sèvres : « En voiture Psymone ». Certaines Délégations portent des projets « Psytruck » pour les prochaines Semaines d'Information sur la Santé Mentale (en octobre). Développer plus encore les moments de répit conviviaux pour nos familles adhérentes ; ouvrir nos délégations aux personnes rétablies qui souhaitent s'investir dans le bénévolat, se former et apporter de l'espoir aux familles par leurs témoignages et leur savoir expérientiel (voir en page 2 et 3).

Ces actions seront le meilleur hommage à rendre à tout ce qui a pu être initié et mis en place depuis 1963, pour faire que les familles qui nous font confiance bénéficient de l'écoute et du soutien nécessaires pour sortir de l'isolement et ainsi participer au mieux-être de leurs proches vulnérables.

Solidairement

Martine Dos Santos
Déléguee Régionale



DÉLÉGATION DE LA NOUVELLE-AQUITAINE

Union nationale des familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques

Sommaire

L'édito	p.1
L'agenda régional	p.1
L'ouverture aux usagers : l'expérience Corrézienne	p.2-3
Les brèves	p.4



Détail de l'affiche de la Psycyclette 2023 (©Unafam)

L'agenda régional

Les 05 et 06 juin 2023 à Pau (64), journées nationales de Santé Mentale France sur le thème « repenser les institutions à l'heure du rétablissement ». Notre Présidente, Marie-Jeanne Richard, sera présente le mardi 06 juin.

Le samedi 10 juin 2023 6^{ème} édition de [la Nuit du Handicap](#) à Villeneuve-sur-Lot (47) et Saubion (40). Retrouvez nos bénévoles à partir de 17h pour des animations sur le handicap invisible et la santé mentale.

Le mardi 13 juin 2023, départ du parcours La Rochelle-Tours de la 9^{ème} édition de la Psycyclette. Rendez-vous au CH Marius Lacroix pour lancer le départ de la randonnée et encourager nos valeureux psycyclistes.

Le vendredi 16 juin Assemblée Générale de l'Unafam à Paris (75).

Le samedi 17 juin Assemblée Annuelle de la Délégation Départementale Unafam Deux-Sèvres à Bressuire (79)

3 Rempart de l'Est 16000 Angoulême – 05 45 95 30 38/ 07 69 58 87 41
nouvelle-aquitaine@unafam.org - <http://unafam.org/nouvelle-aquitaine>
www.facebook.com/Unafam-Delégations-de-Nouvelle-Aquitaine-109959671449247

L'ouverture aux usagers : l'expérience Corrèzienne

En 2017, L'Unafam a inscrit dans son 1^{er} projet associatif l'ouverture aux usagers (sur la base du volontariat). Alors que le deuxième projet associatif est en cours d'écriture, qu'un groupe national « ouverture » a fait le point sur les 5 années passées et des propositions pour l'avenir, la délégation régionale souhaitait mettre en lumière une des expériences d'ouverture de nos délégations départementales. Claude Grammont, délégué départemental de la Corrèze (19), Florence Martin et Guillaume Laborde (bénévoles depuis mars 2022 pour Guillaume et septembre pour Florence) ont accepté de répondre à nos questions. Un grand merci à eux pour ce regard croisé sur leurs expériences de bénévoles à l'Unafam.

Florence et Guillaume, est-ce que vous pouvez nous dire comment vous avez connu l'Unafam ? Qu'est-ce qui vous a amené à devenir adhérents ? Et proposer de devenir bénévoles ?

Florence : « J'ai connu l'Unafam quand je faisais mon DU (Diplôme Universitaire) Pair Aïdance à Lyon (2020-2021). Il y a eu une présentation de l'Unafam 69. De plus, mon mémoire de DU parlait de l'importance des familles et de la permanence famille que j'ai coanimé avec une bénévole de l'Unafam 24 et un psychologue dans le cadre de mon CDD de pair aidante en Dordogne pendant un an et demi. Je suis devenue bénévole à l'Unafam 19 afin d'aider les familles et les personnes concernées, et afin d'apporter mon soutien et apporter de l'espoir. C'est Martine Dos Santos (Déléguée Régionale) puis Claude Grammont qui m'ont proposé de devenir bénévole à l'Unafam. »

Florence a obtenu brillamment son DU Pair Aïdance et Neurodéveloppement à Lyon en 2021.

Guillaume : « J'ai connu l'Unafam en faisant des recherches sur internet (fin 2021). Je souhaitais faire du bénévolat, mon père souffrant de dépression et moi-même étant atteint de trouble psychique, je me suis naturellement tourné vers l'Unafam pour y faire du bénévolat ».

Guillaume et Florence ont adhéré en 2022 à l'Unafam 19 (mars et juillet).

Claude, comment s'est faite la rencontre avec Florence et Guillaume ?

Florence était déjà liée à notre association dans le cadre d'un CDD en pair-aidance auprès du C2A de Bergerac (Club Action Avenir), partenaire de l'Unafam 24. Je l'ai rencontrée lors de la journée interdépartementale du 2 juillet 2022 à Bussières-Galant (87) alors qu'elle était venue afin d'y présenter son activité. A cette époque, son CDD arrivait à son terme et elle désirait se rapprocher de son domicile de Brive. Je l'ai invitée à une conférence du Professeur Franck organisée à Brive le 7 juillet, au cours de laquelle elle a pu rencontrer certains décideurs locaux. Nous avons, quant à nous, agi en faveur de sa candidature auprès de l'ARS (dans le cadre du

PTSM) et de l'ADAPEI, également demandeur de pair-aidant.

Guillaume nous a téléphoné début mars 2022 afin de demander à être bénévole. Nous l'avons reçu en accueil avec Béatrice, responsable de nos accueils en Corrèze le 4 mars. Il a été très clair sur sa situation avec "double casquette". L'entretien a été poursuivi en présence de Marc CHAMPEIL (Adjoint au délégué), sur les divers rôles pouvant être tenus par les bénévoles de notre association. Il lui a bien été précisé que sa candidature de bénévole allait être soumise à la prochaine réunion du bureau.

Florence et Guillaume, vous êtes tous les deux engagés dans la pair-aidance, qu'est-ce que cela vous apporte dans votre parcours d'être bénévole à l'Unafam 19 ?

Florence : « C'est important d'avoir une double vision des choses, en tant que personne concernée mais également savoir tout ce que les troubles psychiques impliquent du côté des familles. La famille fait entièrement partie du soin et du mieux-être de la personne et c'est important de connaître tous les paramètres et de les

intégrer dans l'aide aux personnes. »

Guillaume : « Être bénévole à l'Unafam m'apporte la connaissance des troubles psychiques, la connaissance des difficultés rencontrées par les familles et les patients ainsi que la connaissance des structures représentatives des usagers ».

Claude, comment s'est faite l'intégration de Florence et Guillaume à l'équipe de bénévoles ?

Florence m'a rapidement informé de son désir de devenir bénévole à l'UNAFAM et pour cela être prête à s'engager dans les formations de l'association, chose qu'elle a confirmée lors de la première réunion des bénévoles à laquelle elle a participé le 31 août. Son intégration a été unanimement confirmée lors de notre assemblée départementale du 29 septembre à Marcillac-la-Croisille. A cette occasion elle a présenté sous forme d'un Power Point de belle qualité, son parcours de vie, en présence d'élus, de professionnels, de patients, d'adhérents et de bénévoles qui ont tous été impressionnés par cette présentation. Elle a effectué sa formation initiale en janvier et est inscrite pour la formation accueil au mois de mai prochain.



De gauche à droite : Florence Martin, Claude Garmmont et Guillaume Laborde dans le local de la délégation départementale à Brive-La-Gaillarde (photo Unafam 19).

L'ouverture aux usagers : l'expérience Corrèzienne

Guillaume a été présenté à sa première réunion des bénévoles le 29 avril. Il a confirmé son désir de devenir bénévole et de s'engager dans les formations UNAFAM.

Il s'est rapidement intégré, notamment par sa présence assidue lors de nos permanences du vendredi.

Il a effectué sa formation initiale en novembre 2022 et est inscrit pour la formation accueil en mai prochain. Depuis décembre 2022 il suit la formation de pair-aidant au CH Esquirol de Limoges. »

Florence et Guillaume, qu'est-ce que vous faites aujourd'hui au sein de la délégation et quelles actions, missions vous avez envie de mettre en place ?

Florence : « Accueil mais aussi promotion et représentation de l'Unafam 19, de sa modernité et de son ouverture d'esprit. »

Guillaume : « Je participe aux permanences de la délégation, je souhaite faire des accueils, faire de la pair-aidance au sein de l'hôpital de Brive et animer un groupe de parole pour les patients ».

Comme tout bénévole qui se destine à l'accueil à l'Unafam, avant de suivre la formation accueil, ils participent tous les deux à des accueils en tant qu'auditeurs. Ils ont co-animé des actions de sensibilisations avec Claude. Auprès des travailleurs sociaux du CCAS de Brive pour Guillaume, et de Confédération Syndicale des familles pour Florence. Leurs interventions ont été bien appréciées dans les deux cas.

Claude, qu'est-ce que l'expérience de Florence et Guillaume apporte à la délégation ?

« Incontestablement de la crédibilité vis-à-vis de l'ARS, un apport de vécu et d'expérience dans nos diverses actions de formation, d'information et de sensibilisation et une note d'espoir pour nos patients et leur famille.

Indépendamment de leurs expériences et de ces généralités, Florence, avec sa formation d'enseignante, Guillaume avec sa formation de juriste et son vécu dans l'insertion socio-professionnelle nous serons d'une grande utilité. Ils rajeunissent en outre la moyenne d'âge des bénévoles de notre délégation ! »

Florence et Guillaume, qu'est-ce qui vous a poussé à devenir pair-aidant ?

Florence : « J'ai souhaité devenir pair aidant en santé mentale afin de transmettre mon savoir expérientiel à mes pairs et leurs

familles, leur transmettre l'espoir d'un mieux-être possible, les aider à mettre en place leur propre parcours de rétablissement. ».

Guillaume : « C'est l'envie de partager mon expérience qui m'a poussé à devenir pair aidant. ».

Claude, quels sont les projets, priorités avec Florence et Guillaume pour 2023 ?

Pour Florence, nous aurons à continuer de suivre et d'appuyer ses propositions de collaboration avec le CH de Brive, l'ADAPEI et l'ARS. Nous ne pourrions que bénéficier de la réussite de ces projets dans l'approche des familles.

Pour Guillaume, en accord avec ses envies, ce sera l'intégration dans nos accueils sur Brive. Pour la suite, nous pourrions envisager avec lui la coordination d'un groupe de parole patients en lien avec notre psychologue.

Des conseils pour les délégations qui voudraient accueillir des personnes concernées dans leur équipe de bénévoles ?

Je n'ai sûrement pas assez d'antériorité, ni comme Délégué Départemental, ni comme bénévole pour donner quelques conseils que ce soit, surtout dans ce domaine particulièrement sensible qui ne fait pas l'unanimité parmi nos bénévoles.

C'est par contre avec grand plaisir que je peux m'exprimer sur cette expérience.

Pour Florence, cela a été très simple puisqu'elle était déjà « adoubée » par la Délégation Départementale 24 et la Déléguée Régionale. Elle a été intégrée très rapidement.

Pour Guillaume, compte tenu d'un précédent cas qui s'est mal terminé, nous avons eu besoin de plus de réflexion, ce que Guillaume a très bien compris d'ailleurs. Nous l'avons donc reçu avec Marc, mon adjoint, en entretien, puis nous avons obtenu l'accord de l'ensemble de nos bénévoles avant de lui faire signer la nouvelle charte du bénévole UNAFAM. Il est aujourd'hui parfaitement intégré et participe activement à l'activité de notre délégation.

Je souhaite à tous mes collègues de rencontrer des "usagers de la psychiatrie" tels que Florence et Guillaume, un vrai plus pour notre délégation. »

Propos recueillis par M-P Guitard, chargée de mission Unafam Nouvelle-Aquitaine

La délégation Unafam Corrèze

Adhérents : 58 familles

Bénévoles : 12

Lieux d'accueil : Brive (2) et Tulle (1)

Groupe de parole : 1

Contact :

Unafam 19

Maison du Bénévolat

2 Bd Paul Painlevé

19100 Brive La Gaillarde

06 41 51 78 28 / 19@unafam.org

L'intégration de personnes vivant avec une vulnérabilité psychique dans nos Délégations Unafam : un effet « gagnant-gagnant »

Bénéfice pour les personnes concernées :

- Les services locaux à leur proposer (écoute, café-rencontre, groupes de parole, formations, guides pratiques)
- Utiliser leur expertise auprès de leurs pairs en difficulté et recouvrer l'estime de soi
- L'accession à la citoyenneté pour contrer la stigmatisation

Bénéfice pour les familles et l'entourage :

- Leur donner l'espoir d'un rétablissement possible de leurs proches
- Connaître le chemin parcouru par ces personnes pour se rétablir
- Apprendre plus sur les pathologies de leurs proches

Bénéfice pour l'Unafam :

- Accroître sa notoriété par cette nouvelle mission sociale proposée
- Être crédibles auprès de nos tutelles
- Participer activement à une connaissance élargie du concept de rétablissement.
- Renforcer la légitimité de nos revendications

Bénéfice en faveur de la dé-stigmatisation des troubles psychiques, à destination :

- Des personnes concernées et de leur entourage
- Des instances politiques et administratives
- Du Grand Public.

**Martine Dos Santos
Déléguée Régionale**

Hommage à Dominique Lataste (Unafam Gironde)

L'Unafam Gironde a la tristesse de vous informer du décès de Dominique LATASTE .

Bénévole depuis de nombreuses années au sein de l'Unafam Gironde, Dominique s'est investie sans compter dans l'accueil et le soutien des familles, la coordination de groupes de paroles; l'animation d'ateliers Prospect sur la région et la représentation des usagers dans plusieurs lieux de soins dont l'hôpital de Cadillac (Présidence de la CDU, Conseil de Surveillance). Sans oublier son implication pour la création de la Maison des Usagers où elle avait su tisser des liens étroits .



Dominique Lataste (photo Unafam 33)

Elle a également assumé la lourde tâche de Déléguée Départementale de l'Unafam Gironde avec dynamisme, exigence et détermination, mais aussi une très grande disponibilité.

Nous n'oublierons pas les nombreux moments de partage, d'amitié et de soutien mutuel, et garderons présent son message : « *Nous, bénévoles, sommes des passeurs d'espoir.* »

Les bénévoles de l'Unafam Gironde

Lecture

Emmanuelle St Macary (Déléguée de l'Unafam 64) vous conseille la lecture du livre d'Olivia de Lamberterie "Avec toutes mes sympathies" (éd. Stock, Prix Renaudot essai 2018). Livre autobiographique, qui relate son lien très fort avec son frère qui s'est suicidé en 2015.

« *Alex était un être flamboyant, il a eu une existence belle, pleine, passionnante, aimante et aimée. Il s'est battu contre la mélancolie, elle a gagné. Raconter son courage, dire le bonheur que j'ai eu de l'avoir comme frère, m'a semblé vital. Je ne voulais ni faire mon deuil ni céder à la désolation. Je désirais inventer une manière joyeuse d'être triste.* »

Extrait de la 4^{ème} de couverture



« **Affiche officielle des SISM 2023** »

À vos Agendas ! : 34^{ème} éd. des SISM du 9 au 22 octobre 2023

La prochaine édition des SISM se déroulera du 9 au 22 octobre 2023, avec pour thème : "À tous les âges de la vie, ma santé mentale est un droit".

La thématique invite à envisager l'importance de la santé mentale à tous les âges de la vie (notamment pendant l'enfance, la jeunesse et la vieillesse). Elle invite ainsi à réfléchir aux environnements favorables qui permettraient à toute personne de pouvoir s'épanouir dans sa vie et jouir d'une santé mentale satisfaisante, quelle que ce soit son âge, son parcours, ses conditions de vie et ses difficultés.

Retrouvez le programme des actions organisées par les délégations Unafam en Nouvelle-Aquitaine dans un prochain numéro de notre lettre régionale.

Formations pour les aidants

« **Journée d'information sur les troubles psychiques** ». Cette journée permet à toute personne nouvellement confrontée à la maladie psychique d'un proche, d'acquiescer les repères essentiels sur les troubles psychiques et l'offre de soins et d'accompagnement près de chez lui. **Le samedi 19 avril à Malemort (19), le samedi 01 avril à Bordeaux (33) et le samedi 03 juin à St Savin (33).**

« **Journée d'information "Troubles du comportement de l'enfant et de l'adolescent"** ». Cette journée, permet, aux parents, de mieux comprendre le développement psychique de l'enfant et de l'adolescent pour mieux repérer les difficultés auxquelles ils font face, savoir construire une demande d'aide et identifier le réseau des professionnels. **Le samedi 17 juin à Poitiers (86).**

« **Mieux accompagner un proche souffrant de Schizophrénie** ». Cette formation a pour objectif d'apporter des informations pratiques (savoir-être et savoir-faire) aux proches de personnes souffrant de schizophrénie afin qu'ils puissent mieux les accompagner dans la durée et se préserver. Elle complète [le module e-learning « Les schizophrénies »](#). **Le samedi 16 juin à Périgueux (24).**

Participation gratuite mais **inscription obligatoire auprès de la délégation organisatrice :**

Unafam 19 : 06 41 50 78 28

Unafam 24 : 06 07 37 46 74

Unafam 33 : 05 56 81 44 32

Unafam 86 : 06 85 19 29 65

Mail : N° de la délégation@unafam.org

Formations ouvertes aux adhérents et non adhérents de l'Unafam. Réalisées avec le soutien de la [CNSA](#).

Directrice de la publication : Martine Dos Santos.

Contributeurs : Martine Dos Santos, Marie-Pierre Guitard, Emmanuelle St Macary.

Lettre réalisée avec le soutien financier de l'Agence Régionale de Santé Nouvelle-Aquitaine.

