



# Trait d'Union

Bulletin de la délégation 06 de l'UNAFAM [www.unafam.org](http://www.unafam.org) Espace Alpes Maritimes

Janvier 2025



## Édito

Bonjour à tous,

2025 devrait être une année spéciale pour notre cause.

Tout d'abord les 20 ans de la loi sur le handicap, puis l'année de la grande cause de la santé mentale dont nous espérons beaucoup pour déstigmatiser les troubles psychiques.

Ce Trait d'union de janvier sera une nouvelle occasion de vous montrer l'engagement sans faille des bénévoles des Alpes-Maritimes. Nous manquons de vocations, rejoignez-nous, même pour de petites tâches. L'UNAFAM ne peut vivre que grâce au bénévolat.

Courage et espoir à tous pour cette nouvelle année !

Bonne lecture

Brigitte LOSFELD

Déleguée départementale



## Des bénévoles sur tous les fronts en 2024

Sur la Promenade des Anglais pour la Semaine d'information sur la Santé Mentale



Journée des aidants à Cannes et à Nice



Semaine Sécurité Patients à Sainte Marie



Journée Handicap à Pasteur et signature de la charte Romain Jacob pour une meilleure prise en charge des personnes en situation de handicap



Colloque régional sur le sujet si sensible les soins sans consentement avec nos amis UNAFAM de la région PACA à Marseille



NICE 4 NOVEMBRE 2024



L'UNAFAM 06 a porté en 2024 l'organisation d'un colloque destiné à promouvoir dans notre département la réhabilitation psychosociale, malheureusement encore insuffisamment proposée à nos proches. Pour mémoire vous aviez été conviés en juillet 2024 à participer.

Plus de 400 participants issus du monde sanitaire, médico-social, social, des usagers, des pairs-aidants et des familles ont pu assister à de passionnantes conférences de très haut niveau.

Plusieurs Professeurs de psychiatrie nous ont fait l'honneur de venir à Nice partager leurs savoirs et expériences.

Nous mettrons prochainement en ligne les vidéos souvenirs de cet événement majeur qui sera reconduit en 2025 grâce à l'engagement des bénévoles et de tous les partenaires.

La délégation 06 peut être fière de la réussite de cet évènement qui devrait permettre de dynamiser et structurer l'offre de réhabilitation psychosociale dans le 06.

# C'est l'occasion de rappeler l'existence d'un acteur essentiel : le CR2P

### Modalités d'admission

Pour toute personne désirant un rendez-vous au CR2P (médecins adresseurs, équipe médico-sociale) contacter le secrétariat

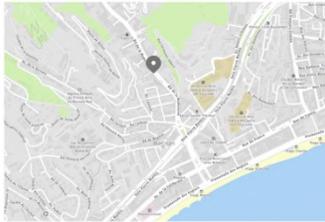
→ Une fiche de **demande d'admission** à remplir vous sera transmise, à retourner au CR2P

→ A réception de cette fiche remplie, le secrétariat vous proposera un **rendez-vous pour un 1<sup>er</sup> entretien**

---

### L'équipe du CR2P

infirmières – médecins psychiatres – psychologues – cadre de santé – ergothérapeute – assistante sociale – secrétaires



**Contact CR2P**  
35 boulevard de la Madeleine, 06100 Nice

@ : [cr2p@chu-nice.fr](mailto:cr2p@chu-nice.fr)

Secrétariat : **04.92.03.20.60**  
Bureau infirmier : **04.92.03.20.51**

Jours et horaires d'ouverture :  
Du **lundi au jeudi de 9h à 17h, le vendredi de 9h à 15h30**

Centre Thérapeutique la Madeleine  
Service de Psychiatrie Adulte  
CHU de Nice  
Pr M. BENOIT



# CR2P

Centre de Réhabilitation  
Psychosociale de  
Proximité  
Nice

## Qu'est-ce que la réhabilitation psychosociale ?

La **réhabilitation psychosociale** est une approche destinée à favoriser le **rétablissement** des personnes souffrant de troubles psychiques.

Elle permet aux personnes de reprendre confiance dans leurs capacités à réaliser leurs **projets**.

Cette approche, **porteuse d'espoir et de progrès** pour les personnes concernées par les troubles psychiques comme pour les soignants repose sur un ensemble de **méthodes et d'outils** permettant :

- de prendre conscience de leurs ressources
- de les utiliser au mieux
- de les renforcer en les accompagnant dans la gestion de leurs difficultés

### Pour qui ?

Le **CR2P** s'adresse aux personnes adultes souffrant de troubles psychiques stabilisés

*J'ai du mal à suivre une conversation, à lire ou à suivre en cours*

*Je me sens incompris(e)*

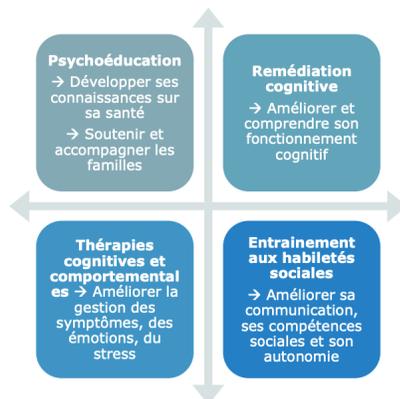
*Je n'arrive pas à initier une conversation*

*J'ai du mal à sortir de chez moi*

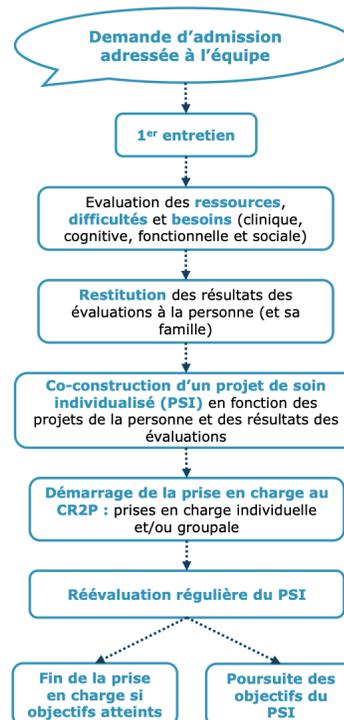
*Je n'arrive plus à m'amuser*

*J'ai du mal à me faire des amis*

### Comment ?



## Le parcours



## De nombreux moments de convivialité tout au long de l'année

Le repas des familles à Grasse



La Colle sur Loup : café  
rencontre une fois par mois



Aux Délices de la Colle, des  
croissants et des discussions  
selon l'humeur du jour

Nice : rencontre repas au Forum Jorge François



Joie de vivre et partage !

## Au GEM de Grasse : des instants précieux de convivialité

L'UNAFAM 06 parraine plusieurs groupes  
d'entraide mutuelle dans les Alpes-Maritimes.



Chaque GEM a un référent plus  
particulièrement dédié à son soutien.

Un bel exemple de moment de partage pour le  
GEM de Grasse avec Josée Sonaglia : 13  
desserts de Noël ce 24 décembre 2024 auront  
été dégustés ensemble.

## Noël des patients à Sainte Marie avec le Phare des 2 Pôles



Joie, partage, sourires au  
rendez-vous !

## Formations pour les familles programme 2025

**Sont prévues plusieurs sessions de journée de formation pour les familles en 2025.**

Ces journées sont gratuites.

Les inscriptions se font auprès de la délégation.

Une inscription est un engagement car le nombre de participants est limité à 12.

Retrouvez toutes les informations sur ces journées sur le site : [unafam.org](http://unafam.org)



⇒ **Mieux accompagner un proche souffrant de schizophrénie :**

18 mars 2025 à Nice – e-learning préalable

⇒ **Adapter sa communication avec un proche souffrant de trouble bipolaire :**

16 et 17 mai 2025 à Nice (un jour et demi)

– e-learning préalable.

Nous envisageons un atelier Prospect sur 3 jours au dernier trimestre 2025.



# Des informations essentielles en ce début d'année

## Les Centres Experts FondaMental, un dispositif de soins et de recherche

Labellisés par la Fondation FondaMental et hébergés au sein de services hospitaliers, les Centres Experts FondaMental sont spécialisés dans l'évaluation, le diagnostic et l'aide à la prise en charge d'une pathologie psychiatrique spécifique. Construits autour d'équipes pluridisciplinaires, ils utilisent tous les mêmes standards d'évaluation. Ils sont destinés à faciliter une prise en charge personnalisée des patients et permettent le développement de la recherche clinique.

### CONCRÈTEMENT, LES CENTRES EXPERTS FONDAMENTAL PROPOSENT AUX PATIENTS :

- des consultations spécialisées pour un diagnostic ou un avis thérapeutique ;
- l'accès à un bilan exhaustif et systématisé réalisé en hôpital de jour pour des patients adressés par un médecin généraliste ou un psychiatre ;
- des soins peu diffusés en pratique courante (psychoéducation, ateliers de gestion du stress, remédiation cognitive, etc.) ;
- la participation à des projets de recherche clinique visant à mieux comprendre la pathologie et à développer de nouvelles stratégies thérapeutiques.

## Où trouver un Centre Expert pour les troubles bipolaires ?

- **BESANÇON** (CHRU, Hôpital Jean Minjot)
- **BORDEAUX** (Centre Hospitalier Charles Perrens)
- **BREST** (CHRU, Hôpital Bohars)
- **CLERMONT-FERRAND** (CHU, Hôpital Gabriel Montpied)
- **COLOMBES** (Hôpital Louis Mourier)
- **CRÉTEIL** (Hôpital Albert Chenevier)
- **GRENOBLE** (CHU de Grenoble)
- **LYON** (Centre Hospitalier Le Vinatier)
- **MARSEILLE** (Hôpital Sainte Marguerite)
- **MONACO** (Centre Hospitalier Princesse Grace)
- **MONTPELLIER** (Hôpital Lapeyronie)
- **NANCY** (Centre Psychothérapique de Nancy)
- **PARIS** (Hôpital Fernand Widal)
- **TOULOUSE** (CHU Toulouse-Purpan)
- **VERSAILLES** (Hôpital André Mignot)
- **NEUILLY-SUR-MARNE** (EPS Ville-Evrard)

## La Fondation FondaMental

Créée en 2007 par le Ministère de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche, la Fondation FondaMental est une fondation de coopération scientifique dédiée à la lutte contre les maladies psychiatriques. Son statut lui permet de recevoir des dons et legs ouvrant droit à des réductions d'impôts.

### SES MISSIONS

- Améliorer le dépistage, le diagnostic et la prise en charge des patients souffrant de maladies psychiatriques
- Encourager et soutenir la recherche en psychiatrie
- Former les professionnels de santé et les chercheurs

### SON CHAMP D'ACTION

La Fondation FondaMental se concentre sur certaines maladies psychiatriques parmi les plus fréquentes et les plus invalidantes : les troubles bipolaires, la schizophrénie, l'autisme de haut niveau (ou syndrome d'Asperger), les dépressions résistantes, les TOC résistants et le stresspost-traumatique.

### SES MEMBRES FONDATEURS



## Les réseaux des Centres Experts FondaMental

Il existe aujourd'hui 46 Centres Experts en France et à Monaco organisés en quatre réseaux spécialisés :

- **16** Centres Experts dédiés aux troubles bipolaires
  - **13** Centres Experts dédiés à la schizophrénie
  - **10** Centres Experts dédiés aux troubles du spectre de l'autisme
  - **14** Centres Experts dédiés à la dépression résistante
- La Fondation FondaMental assure auprès des Centres Experts FondaMental l'installation et les mises à jour du dossier médical informatisé. Elle assure aussi le développement de projets de recherche, l'animation et la formation des équipes médicales ainsi que le suivi qualité.

[www.fondation-fondamental.org](http://www.fondation-fondamental.org)

## RÉSEAU DES CENTRES EXPERTS FONDAMENTAL POUR LES TROUBLES BIPOLAIRES

**fondation fondamentale**  
RÉSEAU DE COOPÉRATION SCIENTIFIQUE EN SANTÉ MENTALE

### NICE :

Chef de service : **Pr Michel BENOIT**

Médecin coordonnateur : **Dr Eric ETTORE**

Service de Psychiatrie du CHU de Nice.

Hôpital Pasteur 1, Bâtiment G.  
30 Voie Romaine 06000 NICE

Secrétariat médical : 04.92.03.87.75

Adresse email : [cetb@chu-nice.fr](mailto:cetb@chu-nice.fr)

## EN PRATIQUE

### Centres Experts Troubles Bipolaires

#### PATIENTS CONCERNÉS

Les Centres Experts FondaMental s'adressent à tous les patients qui souffrent de troubles bipolaires déjà diagnostiqués mais aussi aux sujets dont le diagnostic est envisagé mais pas encore établi et qui souhaitent bénéficier d'une confirmation de diagnostic. Le patient devra être suffisamment stable, c'est à dire à distance d'un épisode de dépression ou d'excitation caractérisé.

#### LES APPORTS DU BILAN CENTRE EXPERT

Il vise à établir un diagnostic, à évaluer les caractéristiques du trouble comme les réponses aux traitements antérieurs et à rechercher des comorbidités psychiatriques et somatiques. Il peut proposer un bilan neuropsychologique et permet de bénéficier de recommandations thérapeutiques personnalisées, en fonction des données les plus récentes de la littérature scientifique.

Il s'agit donc de proposer un « état des lieux » complet de la maladie, ce qui permet de définir les orientations possibles de la prise en charge thérapeutique, mais aussi de suivre l'évolution de la maladie.

#### MODALITÉS D'ACCÈS

Les Centres Experts reçoivent les patients adressés par leur psychiatre ou leur médecin généraliste. Les évaluations réalisées au Centre Expert ne se substituent pas au suivi réalisé par le médecin ou psychiatre traitant.

### Processus au sein des Centres Experts

1 Le patient est d'abord reçu pour une consultation spécialisée qui débouchera sur une première approche diagnostique ou un avis thérapeutique.

2 Si l'indication d'un bilan est posée et si l'humeur du patient est compatible avec celui-ci, le patient est reçu par l'équipe du Centre Expert (composée d'un médecin psychiatre, d'un neuropsychologue et d'une infirmière) pour une journée de bilan organisée en hôpital de jour.

3 Au terme des évaluations, un rendez-vous est proposé au patient afin de faire la restitution des informations obtenues lors du bilan. Des recommandations sur le mode de prise en charge (modification du traitement médicamenteux, proposition d'interventions psychothérapeutiques, règles de surveillance...) sont proposées. Un compte-rendu détaillé est remis au patient et est adressé au médecin référent.

#### DÉROULEMENT TYPE DU BILAN :

Cette organisation est modulable selon les patients et selon les Centres Experts FondaMental.

Matinée	Après-midi
Bilan infirmier : bilan biologique, prise des constantes	Bilan neuropsychologique (attention, concentration, mémoire...)
Bilan somatique : facteurs de risque cardiovasculaires, etc.	Pause
Petit-déjeuner	Évaluation du fonctionnement social/professionnel, de la réactivité émotionnelle, du sommeil et de la vigilance
Évaluation des symptômes d'humeur, antécédents (médicaux et psychiatriques), revue des traitements et des effets secondaires	Auto-questionnaires
Caractérisation du trouble bipolaire, des comorbidités anxieuses, addictives, suicidaires	

#### À L'ISSUE DU 1<sup>er</sup> BILAN

Un bilan plus restreint est proposé tous les six mois ou tous les ans. Il vise à surveiller l'évolution des troubles et évaluer l'impact de la prise en charge préconisée.

#### MODALITÉS DE PRISE EN CHARGE

Les consultations et la restitution du bilan sont des prestations médicales spécialisées. Les évaluations sont réalisées dans le cadre d'une prise en charge en hôpital de jour. Pour ce type de bilan, les patients doivent (idéalement) disposer d'une prise en charge à 100%. Dans le cas contraire, une partie des frais sera à la charge de leur mutuelle ou à la charge des patients eux-mêmes.

#### CENTRE EXPERT TROUBLES BIPOLAIRES

Les évaluations ont lieu au sein du CHU de Nice, à l'hôpital Pasteur 1, dans le service de psychiatrie au Bâtiment G.

#### UNE ÉQUIPE PLURIDISCIPLINAIRE

- Coordination : **Dr Eric ETTORE, Pr Michel BENOIT**
- Evaluations et consultations : **Dr Manon DANDREIS, Dr Eric ETTORE, Dr Marie-Eve BONACHERA**
- Evaluation et bilan neuropsychologique : **Mme Bianca GAUBERT**
- Infirmière en pratique avancée : **Mme Virginie BARBIER**
- Secrétariat : **Mme Siham BENHADDOU, Mme Virginie BERTIN**

## CANNES et ANTIBES : démarrage du programme BREF



Rappelons que le programme BREF est d'ores et déjà régulièrement proposé au CR2P à Nice évoqué supra.

### Nos accueils

**NICE** 15 rue Sorgentino

Renseignements et sur rendez-vous : 07.63.24.23.45

**ANTIBES** Maison des associations chemin Saint Claude

Renseignements et sur rendez-vous : 06 25 47 08 39

**CANNES**

Centre hospitalier Simone Veil - Espace des usagers

Renseignements et sur rendez-vous : 06 25 47 08 39

**GRASSE**

Centre hospitalier Clavary - Maison des usagers - bâtiment les Chênes verts

Renseignements et sur rendez-vous : 06 25 47 08 39

Contact par mail pour l'ensemble des accueils [06@unafam.org](mailto:06@unafam.org)

### Nos groupes de paroles

**NICE**

- un groupe le dernier jeudi de chaque mois de 17 h 30 à 19 h 30

- un groupe le dernier mardi de chaque mois de 18 à 20 h

**ANTIBES**

- un groupe le 1er mardi de chaque mois de 18 h à 20 heures

**LA COLLE SUR LOUP**

- un groupe :le 2ème jeudi de chaque mois de 17 h 45 à 19 h 45

Des groupes de parole fonctionnent également à l'hôpital de CANNES et celui de GRASSE avec le soutien de l'UNAFAM 06.

## LA PARTICIPATION A DES GROUPES DE PAROLE

### Qu'est ce qu'un groupe de parole ?

Un groupe de parole est un lieu animé par un psychologue clinicien et coordonné par un bénévole formé de l'Unafam qui donne un espace aux participants afin d'échanger sur des difficultés rencontrées du fait de vivre en grande proximité avec un proche souffrant de troubles psychiques.

C'est un lieu :

- De partage, d'échange, d'écoute réciproque. Ce lieu encourage l'expression des sentiments, des souffrances et des émotions, et permet à chacun de se montrer dans son authenticité, sans peur du jugement de l'autre.
- Qui stimule les encouragements, développe l'entraide entre participants et mobilise les ressources nécessaires pour affronter la réalité.
- Le groupe devient alors le témoin des avancées vécues au quotidien et des évolutions de chacun dans son parcours personnel
- Qui permet de réduire l'isolement des participants
- Qui aide à se positionner par rapport à son proche malade et à prendre la distance nécessaire.

### Comment se déroule un groupe de parole ?

Afin d'asseoir la confiance et le bien être au sein du groupe, il est essentiel que soient respectées :

**des règles de parole** : discrétion, confidentialité, liberté de silence et de parole, non jugement, non monopolisation de la parole.

- Chaque groupe se réunit une fois par mois (10 séances de septembre à juin) et le nombre de participants est limité pour faciliter l'échange. Pour la cohésion du groupe l'Unafam demande un engagement trimestriel.

### Les conditions pour participer à un groupe de parole

- **Etre directement concerné par la maladie psychique d'un proche**
- **S'engager à adhérer aux règles de parole**
- **Avoir préalablement été accueilli par un bénévole**

## Appel aux bénévoles

Les missions de la délégation 06 sont variées : groupes de paroles, accueils, formations, organisation ou participation à des événements, réunions avec les différentes instances ou intervenants, opérations de communication ...

L'UNAFAM vous a aidé, venez aider l'UNAFAM à poursuivre sa chaîne de solidarité, de partage et d'action.

Rejoignez nous !

contact 06@unafam.org

