



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

DEUX-SEVRES

# La lettre d'information de la délégation des Deux-Sèvres

**en Voiture PSYMONÉ**  
Le petit bolide de sensibilisation à la santé mentale

**Retour sur la 4e édition !**

## ET SI ON PARLAIT SANTÉ MENTALE ?

**SOMMAIRE**

- Les actualités de la délégation - p. 3
- Nouveau : la bibliothèque de l'Unafam 79 est ouverte ! - p. 5
- Focus sur... la Commission spécialisée Santé Mentale - p. 7

Projet labellisé **Parlons santé mentale!**  
GRANDE CAUSE NATIONALE  
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

**TOUS INFORMÉS, TOUS CONCERNÉS !**

L'édito de  
l'Unafam 79

p. 2

Retour sur la 4e édition  
d'En voiture Psymone

p. 5

Le coin  
culture

p. 8

## 2 / L'Edito de l'Unafam 79

Chères adhérentes, Chers adhérents, Chers partenaires,

Face à une certaine éco-anxiété dans un contexte géopolitique inquiétant, un élan nous encourage à maintenir le cap pour mener à bien un programme copieux en cette année déclarée « Grande cause nationale 2025 » pour la santé mentale.

Le secteur Nord se réorganise autour du projet de reconstruction de la Psychiatrie avec la participation des bénévoles locaux.

Les Conseils Locaux de Santé Mentale (CLSM) Bressuirais et Thouarsais relancent leur dynamique avec l'Unafam 79. De même, le CLSM niortais s'inscrit dans la préparation des Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM) pour encore plus d'actions collectives.

En Deux-Sèvres, le collectif Psymone a embarqué pour sa 4ème édition de « En voiture Psymone ! Le petit bolide de sensibilisation à la santé mentale » encore plus de partenaires qui ont animé marchés et de nombreux autres lieux pour aller vers de nouveaux publics, comme pour le "festival Ah?" à Parthenay ou au Décathlon à Niort.

Nous vous proposons dans cette lettre un retour sur cette nouvelle édition, qui encore une fois a été une réussite !

Un colloque sur l'insertion professionnelle organisé par l'ADAPEI s'est déroulé les 3 et 4 avril derniers.

Des forums interprofessionnels, à Saint-Maixent-l'École, à Niort, se renouvellent pour informer sur les droits.

Les bénévoles de la délégation font toujours leur possible pour (in)former les aidants : une journée d'information sur les troubles psychiques s'est déroulée le 8 février dernier à Saint-Pardoux-Soutiers, qui a fédéré de nouveaux adhérents et que nous remercions.

Le programme de psychoéducation BREF bat son plein et l'Unafam 79 assure désormais sa participation dans tous les secteurs du département lors de la 3ème rencontre des familles grâce aux derniers bénévoles formés que nous remercions également.

La Commission spécialisée Santé Mentale (focus dans cette lettre) réunie le 13 mars met l'accent sur les points forts de l'actualité 79.

Et une nouveauté pour vous, adhérents ! Une bibliothèque de plus de 250 ouvrages de tous types est disponible et accessible à tous gratuitement.

Et bien sûr, **rejoignez-nous nombreux lors de notre Assemblée annuelle qui se déroulera le samedi 14 juin à Parthenay** autour d'une réflexion sur la « Psychiatrie de rêve ». Toutes les infos ci-dessous !

Un grand Merci à tous pour votre investissement dans toutes vos actions menées avec engagement et bienveillance.

Grâce à vous, notre visibilité aide les familles à sortir de l'isolement, lève les tabous sur la santé mentale et redonne confiance à ceux qui ont besoin d'exister.

Aider les autres, c'est aussi s'aider soi-même !

Nadine Béal

Déléguée Départementale Unafam 79

ASSEMBLÉE ANNUELLE DE L'UNAFAM DEUX-SÈVRES

unafam  
ORDRE NATIONAL DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES MALADES ET/OU HANDICAPÉES ETÉRIÈRES

**ENSEMBLE POUR UNE PSYCHIATRIE DE RÊVE !**  
Et si le soin passait aussi par la culture ?

Témoignages  
Expositions d'œuvres (peintures, photos)

**SAMEDI**  
14 JUIN 2025

**HORAIRES**  
09H30 - 12H30

**PARTHENAY**  
DOMAINE DES LOGES  
28 RUE DU PRÉSIDENT  
SALVADOR ALLENDE

**GRATUIT**  
Informations et  
inscription :  
79@unafam.org  
05 49 78 27 35

### ASSEMBLÉE ANNUELLE DE L'UNAFAM DEUX-SÈVRES

#### ENSEMBLE POUR UNE PSYCHIATRIE DE RÊVE !

**SAMEDI 14 JUIN 2025**  
**9h30-12h30 au Domaines des Loges à Parthenay**

*A l'heure où l'on ne peut que déplorer la crise de la psychiatrie, et si nous nous prenions à rêver ?  
La santé mentale est Grande Cause nationale, mais quelles retombées pour les personnes directement impactées par la souffrance psychique ?*

*Ensemble, que nous soyons familles, personnes concernées par un trouble psychique, soignants ou élus, échangeons et croisons nos regards sur la psychiatrie dont nous pouvons/osons rêver.*

*Prenez le temps de réfléchir à ce qui favorise le rétablissement et quelles formes « complémentaires » peut prendre le soin : un traitement, une activité sportive, un loisir créatif, une formation, un lien amical...*

*Pour cette Assemblée Annuelle 2025, les bénévoles de l'Unafam Deux-Sèvres vous proposent une matinée pour penser autrement la psychiatrie et le rétablissement, dans toutes ses dimensions.*

*Des expositions seront également visibles tout au long de cette matinée.*

**9h30 : Accueil café**

**10h :** Ouverture de la matinée par Nadine Béal, Déléguée départementale de l'UNAFAM Deux-Sèvres. Bilan de l'année écoulée, présentation du rapport d'activité

**10h30 :** Témoignages sur le thème du rétablissement et de la psychiatrie de rêve, par des personnes concernées par un trouble psychique et médiateurs de santé pair

**11h45 :** Présentation de l'Atelier Clown "Nez Cs'Air", par Laurence Fort, infirmière au Réseau Rehab et co-animatrice de l'atelier au centre hospitalier de Niort

**12h30 :** Clôture de l'Assemblée Annuelle et apéritif convivial

### PROGRAMME

UNAFAM Deux-Sèvres,  
CENTRE HOSPITALIER  
40 AVENUE CHARLES DE GAULLE  
76000 NIORT

05 49 78 27 35 /  
79@unafam.org

<https://www.unafam.org/deux-sevres>

### 3/ Les actualités de la délégation



#### L'heure est à la récolte !

L'UNAFAM 79 ainsi que la Coordination Départementale Prévention Suicide s'associent à l'évènement qui se déroulera à Poitiers le 10 septembre prochain.

A cette occasion, jusqu'au 4 juillet, nous récoltons des pots en verre que vous pourrez venir déposer :

- au local de l'UNAFAM situé au 35 avenue Saint Jean d'Angely à Niort (ancienne entrée du centre hospitalier, sous le porche)
- au 1er étage du bâtiment administratif du Centre Hospitalier de Niort, dans le bureau de la coordination PTSM

Merci à tous !

Agenda

#### Prochaines réunions d'information du programme Profamille à Niort et Faye l'Abbesse en juin

Profamille est un programme d'aide pour les proches de personnes souffrant de schizophrénie et de troubles apparentés.

Ce programme psycho-éducatif permet aux familles de :

- Mieux connaître la maladie de son proche et ses traitements pour mieux l'accompagner
- Mieux comprendre comment réagir face à une personne dont certains symptômes paraissent difficiles à vivre au quotidien (refus de prendre un traitement, manque d'initiative, absence de motivation, manque d'organisation...)
- Apprendre des techniques de gestion des émotions pour diminuer leur impact et améliorer la qualité de vie de l'ensemble de la famille.

Lorsque la famille s'engage à suivre un programme psychoéducatif, le taux de rechute des malades diminue de moitié, soit un effet du même ordre que celui du traitement médicamenteux.

La combinaison de ces deux approches améliore l'évolution du malade mais aussi la qualité de vie de sa famille.

Deux réunions d'information et d'inscription sont organisées pour les familles et les proches :

- Mercredi 11 juin à 18h, Centre Hospitalier de Niort, dans les locaux du Réseau Réhab, bâtiment Tremplin, 2ème étage
- Mardi 24 juin à 18h, Centre Hospitalier de Faye L'Abbesse, salle B

La participation au programme ProFamille est proposée en collaboration avec l'Unafam 79. Site internet : <https://profamille.site/>  
Informations : 05 49 78 26 79 ou [profamille@ch-niort.fr](mailto:profamille@ch-niort.fr)



#### Webinaire Unafam le jeudi 12 juin "Fragilité psychique d'un jeune et troubles borderline" 18h30-20h

Pour ce webinaire à destination des parents de jeunes, le thème est "Fragilité psychique d'un jeune et troubles borderline".

Avec deux intervenants :

- Dr Clémentine ESTRIC, psychiatre au CHU de Nîmes et coordonnateur HYPE-France
- Hayden, jeune en voie de rétablissement

Gratuit et ouvert à tous (adhérent ou non à l'Unafam)

Lien d'inscription : [https://us02web.zoom.us/join/register/WN\\_G8enHGJWQYdy33-wUlrWA](https://us02web.zoom.us/join/register/WN_G8enHGJWQYdy33-wUlrWA)



Retrouvez toutes nos actualités et informations sur les troubles psychiques sur notre page

Facebook : Unafam - Délégations de Nouvelle-Aquitaine

# 4/ La santé mentale Grande cause nationale 2025



« Parlons santé mentale ! ». Plus qu'un slogan, c'est une ambition pour notre société portée par le Gouvernement, qui a fait de la santé mentale la Grande cause nationale 2025. <https://sante.gouv.fr/prevention-en-sante/sante-mentale/>

## Qu'appelle-t-on santé mentale ?

La santé mentale est "un état de bien-être qui nous permet de faire face aux sources de stress de la vie, de réaliser notre potentiel, de bien apprendre et de bien travailler, et de contribuer à la vie de la communauté" (source OMS).

La santé mentale n'est pas un état figé, mais plutôt un équilibre psychique qui peut connaître des fluctuations.

- **La santé mentale positive** : qui recouvre le bien-être, l'épanouissement personnel, les ressources psychologiques et les capacités d'agir.
- **La détresse psychologique en réaction à un accident de la vie** : un deuil, une séparation, un licenciement... peuvent faire apparaître, de façon transitoire, des symptômes anxieux ou dépressifs. Cette détresse psychologique est considérée comme une réaction adaptative normale. En revanche, lorsqu'elle devient intense et perdure, elle peut constituer l'indicateur d'un trouble psychique. Il est essentiel d'être accompagné médicalement et psychologiquement jusqu'à la guérison.
- **La détresse psychologique liée à des troubles psychiatriques** : il existe de nombreux troubles psychiatriques, plus ou moins sévères et handicapant et de durée variable. Ils se réfèrent à des classifications diagnostiques renvoyant à des critères et actions thérapeutiques ciblées et qui révèlent d'une prise en charge médicale. Une prise en charge spécialisée est souvent nécessaire.

**A noter** : Psycom, l'organisme public dédié à la santé mentale, rappelle qu'il n'existe pas une manière unique de définir la santé mentale. Elle correspond à l'état psychologique ou émotionnel de la personne à un moment donné. L'équilibre entre les ressources mobilisables pour se sentir bien et les obstacles rencontrés dans l'existence, peut être rompu, puis rétabli.

Cette Grande cause nationale et s'articule autour de **quatre objectifs prioritaires** :

- La lutte contre la stigmatisation, afin de changer le regard des Français sur les troubles psychiques et faire prendre conscience que chacun a une santé mentale.
- Le développement de la prévention et du repérage précoce, par la sensibilisation et la formation dans toutes les sphères de la société,
- L'amélioration de l'accès aux soins partout sur le territoire français, par la gradation des parcours, le développement des nouveaux métiers de la santé mentale en veillant aux soins des personnes les plus fragiles et présentant les troubles les plus complexes. Le Gouvernement a notamment annoncé travailler au renforcement des maisons des adolescents, qui sont actuellement 125 sur le territoire national,
- L'accompagnement des personnes concernées dans toutes les dimensions de leur vie quotidienne, comme la formation, l'emploi, le logement, l'accès aux loisirs, etc.

A nous aujourd'hui, Unafam, personnes concernées et tous les acteurs de la santé mentale, de veiller à ce que ces objectifs ne soient pas de vaines promesses gouvernementales.

Source : Collectif Santé mentale Grande cause nationale 2025

Et si la santé mentale était enfin vue pour ce qu'elle est : une composante essentielle de notre santé ? Et si parler de santé mentale devenait aussi naturel que de parler de santé physique ?

## 10 chiffres clés sur la santé mentale

<b>13 MILLIONS</b> DE PERSONNES CONCERNÉES EN FRANCE	<b>N°1</b> DES ARRÊTS MALADIE LONGUE DURÉE	<b>1ÈRE CAUSE</b> DE HANDICAP DANS LE MONDE
<b>1ÈRE CAUSE DE MORTALITÉ DES 15-35 ANS</b>		<b>1 SUICIDE TOUTES LES HEURES</b>
<b>1 SUICIDE D'AGRICULTEUR TOUTS LES 2 JOURS EN FRANCE</b>		<b>41%</b> DES ÉTUDIANTS AVEC DES TROUBLES ANXIEUX ET/OU DÉPRESSIFS
<b>163</b> MILLIARDS D'EUROS COÛTS DIRECTS & INDIRECTS	<b>1ER</b> POSTE DE DÉPENSES DE L'ASSURANCE MALADIE : LA PSYCHIATRIE	

## 5/ Les informations de la délégation



### Nouveau : la bibliothèque de l'Unafam 79 est ouverte !

Né au Mali, surnommé "Le Sage de l'Afrique", Amadou Hampâté Bâ est l'auteur du célèbre proverbe : « En Afrique, quand un vieillard meurt, c'est une bibliothèque qui brûle ».

Aujourd'hui, nous vous informons d'une naissance, celle de la bibliothèque de l'Unafam 79.

Sur une idée de Nadine (et en y apportant ses premiers livres), nous nous sommes attelés à la tâche d'identifier, classer, répertorier, ranger ce dont de généreux donateurs ont bien voulu nous faire bénéficier.

**Description:** La bibliothèque de l'UNAFAM 79, comporte plus de 250 livres, et se trouve à Niort dans le local de l'UNAFAM. Elle est à la disposition de tous les adhérents de la délégation 79, gratuitement.

Elle est organisée par grands thèmes (ci-contre) :

- Santé mentale
- Philosophie
- Divers
- Roman
- Société
- BD
- Théâtre
- Revues

**Mode opératoire :** 2 possibilités :

- Emprunter en direct au local : merci d'utiliser et de compléter les fiches d'emprunt direct, pour permettre d'assurer le suivi. Les fiches se trouvent sur une étagère de la bibliothèque. **Merci de ne pas modifier le classement.**
- Profiter des réunions mensuelles du bureau ou des bénévoles pour recevoir le livre demandé préalablement par mail : [clairemorisset79@gmail.com](mailto:clairemorisset79@gmail.com)

La durée d'emprunt maximum est de **deux mois** pour que chacun puisse bénéficier des livres.

C'est l'usage collectif qui déterminera l'intérêt de cette création. Bonnes lectures à tous !

**Claire et Benoît Morisset**

### Retour sur... la 4e édition d'En voiture Psymone ! Le petit bolide de sensibilisation à la santé mentale



**Le 23 mai dernier s'est achevée la dernière édition d'En voiture Psymone. Encore une belle réussite!**

Le petit bolide de sensibilisation à la santé mentale vient de retrouver son garage, mais déjà, les premiers bilans à chaud montrent le succès de ces deux semaines de tournée à travers le département.

D'abord, sur le public présent aux différentes dates : plus de 500 questionnaires ont été passés, supports à la discussion et permettant d'apercevoir les connaissances en matière de santé mentale.

Cette année, le partenariat s'est encore étoffé davantage, avec pour la première fois une date un samedi, au Decathlon de Niort et une soirée débat à Niort, organisée en début de soirée partenariat avec la MACIF autour de la santé mentale des aidants. Enfin, notre participation au "Festival Ah?" de Parthenay nous a permis de toucher un public nombreux. Comme l'an dernier, la tournée du petit bolide a été agrémentée de passages en lycées et MFR, pour toucher les plus jeunes, très concernés par ce sujet.

Pour communiquer largement, nous avons exceptionnellement et pour la première fois mis un affichage sur les abribus dans 16 lieux de la ville de Niort pendant une semaine.

#### Les partenaires de Psymone

Avec le soutien de l'Agence Régionale de Santé, de la Macif et de la CPAM des Deux-Sèvres.

En partenariat avec le Projet Territorial de Santé Mentale (PTSM), Niort Agglo, l'Agglo 2B, les hôpitaux de Niort et du Nord Deux-Sèvres, l'UDAF 79, l'Adapéi 79, Tremplin Messidor, le CIAS du Thouarsais, les mairies de Thouars et Bressuire, le Conseil Local de Santé Mentale du Bocage Bressuirais, les Contrats Locaux de Santé du Bocage Bressuirais, du Niortais, des communautés de communes Haut Val de Sèvre et Mellois en Poitou et du Pays de Gâtine, Promotion Santé Nouvelle-Aquitaine, Unis Cité, Appui & Vous 79, le 3114, Vigilans Poitou-Charentes, la MSA Poitou, les Groupes d'entraide Mutuelle du département (Au fil de la Mosaïque, Espoir et Vie, Vent de l'Espoir, GEM l'Avenir, Echap'à Thouars), Radio Pinpon et Decathlon.

Dernier signe de la réussite, de l'intérêt et de la reconnaissance de cet événement grand public, et compte tenu de l'investissement des personnes concernées par un trouble psychique, "En voiture Psymone" est un projet labellisé Grande cause nationale 2025 - "Parlons santé mentale !" par le Gouvernement (lire article p.4).

Nous remercions tous nos bénévoles et partenaires impliqués dans cet événement et sans qui cette reconnaissance n'aurait pas été possible. Et d'ores et déjà, le Collectif Psymone se tourne vers 2026 !

Photo : CC



Déjà 251 abonnés nous suivent sur notre page Instagram "En voiture Psymone". Rejoignez-nous !



# Les informations de la délégation (suite)

## Projet Immobilier Psychiatrie et addictologie - site de Thouars

Le Centre Hospitalier Nord Deux Sèvres (CHNDS) est engagé dans un important projet immobilier consacré à la psychiatrie et à l'addictologie : nouveau bâtiment pour la pédopsychiatrie, reconstruction de locaux pour la psychiatrie adulte et réhabilitation du bâtiment d'addictologie.

La demande faite par le Directeur Général des Centres hospitaliers des Deux Sèvres aux trois groupements d'architectes sélectionnés est celle d'une psychiatrie « ouverte » avec une mise en valeur du site et l'unité de ses différentes composantes (entrée principale commune). L'UNAFAM est membre du jury qui s'est réuni le 2 juin pour choisir le projet retenu.

L'UNAFAM est attentive aux conditions de « bienveillance » des patients et à l'accueil des familles (alternatives à l'isolement et à la contention, cafétéria en accès libre pour les patients et leur famille ...).

En parallèle de ce projet immobilier, les cadres et les soignants construisent un projet de pôle « Santé Mentale et addictologie ».

Pour l'UNAFAM, ce projet est l'occasion de s'interroger sur « la psychiatrie dont je rêve » et de réfléchir à la psychiatrie de demain. C'est d'ailleurs le thème de notre Assemblée Annuelle 2025.

L'idée est de partir d'une expression libre des personnes concernées, sans contraintes financières, administratives ou médicales. Cette réflexion a vocation à s'élargir aux familles ainsi qu'aux structures qui le souhaitent (CMP, CLS, CLSM.....) et au grand public.

Premiers concernés, les adhérents des trois GEM (Bressuire, Parthenay, et Thouars) situés sur le champ d'action du CHNDS sont parties prenantes et les premières expressions vont avoir lieu. A suivre de près...

Patrick Moisan

## Bilan de la dernière Journée d'information sur les troubles psychiques



Merci aux participants pour leur présence et les échanges bienveillants.  
Photo : P.M

Le samedi 8 février 2025 a eu lieu la 5ème journée d'information sur les troubles psychiques à Saint-Pardoux-Soutiers.

Cette journée a pour objectifs :

- De permettre d'acquérir les bases essentielles sur les troubles psychiques et d'identifier leurs manifestations et leurs impacts sur les différents aspects de la vie quotidienne, partie animée par Mme COUFFRANT, psychologue
- D'informer sur l'offre de soins et d'accompagnement existant sur notre territoire départemental, sur l'accès aux droits des personnes atteintes de troubles psychiques et sur le rôle et les actions de l'UNAFAM pour accompagner l'entourage du malade, partie animée par une bénévole de l'UNAFAM79.

Cette journée a été très riche grâce à l'écoute active et bienveillante de ses 9 participants. Les questionnements des uns et des autres ont permis des interactions très intéressantes et d'enrichir le contenu de la journée. Cette journée dont la clôture était prévue à 17h, s'est prolongée bien au-delà...

Evelyne Quêté



# 7 / Focus sur... la Commission spécialisée Santé Mentale du Conseil Territorial de Santé



## Un Conseil Territorial de Santé ?

Créée par l'Agence Régionale de Santé, le Conseil Territorial de Santé (CTS) est une instance clé de la démocratie en santé. Il est présent dans chaque département.

Son objectif est de favoriser la coordination, la concertation et la mise en réseau des acteurs de la santé pour améliorer les politiques de santé publique et l'accès aux soins.

Il se réunissent régulièrement pour discuter des enjeux de santé locaux, proposer des actions et des solutions et contribuer à la définition des politiques de santé territoriale.

Il est composé de 50 membres au plus pour un mandat de 5 ans, avec 5 collègues, dont des représentants des professionnels et offreurs des services de santé ; des représentants des usagers et associations d'usagers ; des représentants des collectivités territoriales ; des représentants de l'Etat et des organismes de sécurité sociale ; et des représentants des personnalités qualifiées.

**Chaque Conseil Territorial de Santé (CTS) est constitué d'une assemblée plénière, d'un bureau, d'une Commission Spécialisée en Santé Mentale et d'une Commission Expression des Usagers.**

Notre bénévole **Philippe Brilouet, Président de la Commission Spécialisée Santé Mentale du CTS, vous en présente le fonctionnement.**

### La Commission Spécialisée en Santé Mentale :

- Participe à la réalisation du diagnostic territorial partagé, support à l'élaboration du Projet Territorial de Santé Mentale (PTSM)
- Donne un avis sur le PTSM
- Fait des propositions pour améliorer la réponse aux besoins de la population sur le territoire; notamment sur l'organisation du parcours de santé

Cette Commission comprend des membres titulaires issus du CTS et élargi à des acteurs du sanitaire, du médico-social, du social, des élus afin d'en faire une instance de réflexion, d'échanges, de partage, de force de propositions pour le PTSM.

### Les 6 priorités du Projet Territorial de Santé Mentale (PTSM) :

- le repérage précoce des troubles psychiques, l'accès aux soins et aux accompagnements sociaux et médico-sociaux
- l'organisation des parcours de santé et de vie de qualité et sans rupture pour les personnes souffrant de troubles graves s'inscrivant dans la durée en vue de leur rétablissement et de leur inclusion sociale
- L'accès aux soins somatiques des personnes présentant des troubles psychiques
- L'organisation des conditions de la prévention et de la prise en charge des situations de crise et d'urgence.
- Le respect et la promotion des droits des personnes présentant des troubles psychiques, le renforcement de leur pouvoir de décider et d'agir et la lutte contre la stigmatisation de ces troubles
- L'action sur les déterminants sociaux, environnementaux et territoriaux de la santé mentale.

Ces 3 dernières années, la Commission s'est efforcée, en lien avec les différents coordonnateurs-trices du PTSM d'interroger, de vérifier, d'acter, au travers de 12 fiches-action, si les besoins et attentes de la population étaient suffisamment pris en compte.

Le PTSM va être évalué en 2026 et la réflexion s'amorce pour l'élaboration d'un nouveau PTSM 2026-2031.

Quelques points échangés lors de cette Commission :

- Interpellation des différents acteurs qui concourent à l'accès aux soins et à leur continuité.
- Pérennisation des programmes de Psychoéducation à destination des familles : BREF, PROFAMILLE
- Valorisation de la pair-aidance et Médiateurs de Santé Pair (MSP)
- Dynamisation des Conseils Locaux de Santé Mentale en mobilisant les acteurs de la cité pour une meilleure santé au quotidien (accès aux soins, accès au logement et au maintien dans celui-ci, accès à la mobilité, accès aux loisirs et à la culture contribuant à lever les obstacles pour améliorer le bien-être sur le territoire).
- Déstigmatisation : « En voiture Pymone » s'est intégré dans le paysage départemental, dans cet aller-vers pour lever les tabous, vaincre les préjugés qui entourent les troubles psychiques.

La Commission a convié à plusieurs reprises des acteurs du médico-social, notamment : Assistant de parcours de vie (APV), Appui & Vous, Service de probation, Médiatrice santé pair... Nous saluons cette dynamique partenariale à l'œuvre, cette volonté de décloisonnement, de travail ensemble pour le plus grand bénéfice des personnes souffrant de troubles psychiques.

Cependant, **le parcours de soins et la prise en charge de la santé mentale sont à bout de souffle :**

- **Seules 40 à 60% des personnes souffrant de troubles psychiques bénéficient d'une prise en charge**, entraînant des pertes de chance pour les patients ayant des troubles sévères, avec une espérance de vie réduite de 13 à 16 ans par rapport à la population générale.
- Difficultés d'accès aux soins avec des attentes très longues pour obtenir une consultation spécialisée et un manque criant de professionnels y compris dans les établissements scolaires et universitaires.
- Des **barrières géographiques et économiques** contribuent à restreindre l'accès aux soins dans les zones rurales.

**Faire de la santé mentale la Grande cause nationale en 2025 est une opportunité unique pour briser les tabous, changer le regard sur les troubles psychiques et faciliter les parcours de vie des personnes concernées et plus largement la prise en charge de la santé mentale et ouvrir la voie à un avenir plus solidaire et inclusif.**

### Intérieur Nuit

Nicolas Demorand, Editions Les Arènes, 2025, 104 pages

"Je suis un malade mental" : en mars dernier, la révélation de la bipolarité du journaliste coanimateur de la matinale de France Inter avait fait l'effet d'une bombe dans le monde médiatique.

En une petite centaine de pages, Nicolas Demorand raconte tout des années d'errance diagnostic, de souffrance et brise la tabou de la maladie psychique.



MARIE ROBERT

### Le miracle du réconfort



Quand la philosophie donne du sens à nos vies  
@philosophyissexxy

Flammarion | Verdilis

### Le miracle du réconfort

Marie Robert, Editions Flammarion, 2024, 272 pages

"D'aussi loin que je m'en souvienne, voilà ce que j'ai toujours voulu être : philosophe du réconfort. Et continuer, modestement, avec l'humilité qu'il faut pour prendre soin de l'esprit des gens, à tenter de redonner de la force morale, et de faire du courage et de l'espoir d'heureuses possibilités. C'est ce que je vise dans ce livre.

Ni une leçon ni une méthode, mais plutôt un tremplin pour raviver nos joies en observant ce qui autour de nous en vaut encore la peine.

Ces neuf chapitres sont chacun une invitation à relever latête, une exploration pour les heures sombres, un carnet de voyage à garder auprès de soi lorsque tout tangué".

### Chronique d'un voyage en psychiatrie

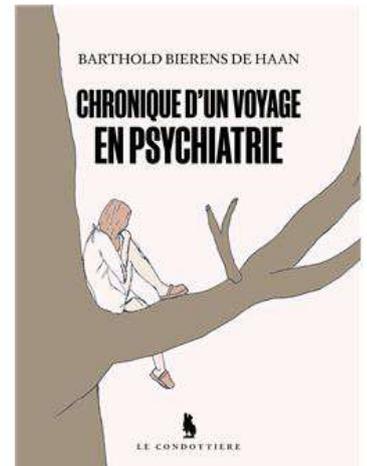
Barthold Bierens de Haan, Editions Le Condottiere, 2024, 230 pages

Comment se fait-il que la psychiatrie hospitalière fasse toujours autant souffrir les malades et qu'elle ait si peu évolué depuis cinquante ans ?

C'est la question que se pose un médecin en fin de carrière. Dans un récit très personnel, il raconte son enfance, sa famille, ses premières rencontres avec des personnes en souffrance. Son besoin de comprendre va le conduire vers la psychiatrie et la médecine humanitaire et le mènera qui le mènera vers de nombreuses zones de conflits de la planète.

L'itinéraire sera semé de difficultés et d'échecs mais aussi de rencontres gratifiantes avec des personnes qui vont le transformer. À mesure qu'il progresse, il en fait le bilan et constate que, derrière son mystère, le discours de la folie dissimule une richesse et une confrontation au réel qui sont uniques.

Pour ce thérapeute, la transformation nécessaire de la psychiatrie passera, d'abord à l'hôpital, par une reconnaissance de la valeur des paroles entendues et par un strict respect de la personne en souffrance.



### Et c'est moi qu'on enferme

Philippa Motte, Editions Stock, 2025, 252 pages

À 31 ans, Philippa Motte est internée sous contrainte dans un service psychiatrique. C'est la troisième fois. Elle y reste plusieurs mois, assommée de médicaments et confrontée à la brutalité de certaines pratiques de soin. Pour tenir, elle s'allie aux autres patients et fait certaines des plus belles rencontres de sa vie.

Longtemps blessée par le regard d'une société qui marginalise ceux qui souffrent psychiquement, c'est finalement dans la lutte pour préserver son identité que Philippa trouve son humanité profonde.

Un récit puissant qui donne à ressentir les violences psychiatriques, et qui rend leur dignité à celles et ceux qui les subissent.

Philippa Motte

### Et c'est moi qu'on enferme

