

L'Édito

Chers Adhérents, Partenaires, Bénévoles et Salariées,

A l'heure où le soleil un peu trop généreux nous invite au farniente et à nous projeter vers une pause estivale attendue, à mi-chemin de notre année 2022, j'ai le souhait de faire la lumière sur tous les chantiers ouverts dans notre région par nos bénévoles et salariées, dans un contexte mouvant et complexe où l'adaptation est la règle.

Dans les Délégations et en lien avec l'équipe régionale, la réflexion est permanente pour initier des actions visant à améliorer notre soutien aux familles et notamment au niveau de l'accueil. Pour cela des séances d'analyse des pratiques sont organisées régulièrement, des ateliers sur l'Éthique de l'Accueil seront mis en place en novembre ainsi que des journées d'échanges pour les coordinateurs de groupes de parole.

De nouveaux groupes de travail régionaux regroupant des bénévoles des délégations départementales sont au travail sur des sujets qui nous tiennent à cœur :

- Fratries : Comment développer notre action de soutien auprès des frères et sœurs ? Laurence Sarlangue, de l'Unafam Gironde, anime ce groupe naissant.
- PCH (Prestation de Compensation du Handicap) : A présent que le nouveau décret est paru, comment accompagner nos adhérents pour la mise en œuvre ? Christina Chiron, CCD pour le Poitou-Charentes est l'animatrice de ce groupe.
- GEM : Michel Girard et Annick Hoffman de la Délégation de la Vienne animent ce nouveau groupe après un « état des lieux » des parrainages suite à des dysfonctionnements constatés dans certains GEM (Groupe d'Entraide Mutuelle).
- Un groupe éphémère a organisé les 1^{ères} « Journées interdépartementales » du 02 juillet qui furent un succès pour leur esprit convivial et de répit (voir p.3).

Nous saluons les initiatives diverses dans les départements qui font vivre nos valeurs de partage et de bienveillance comme l'action « Entre nous » mise en place par la délégation Haute-Vienne qui réunit des familles adhérentes pour quelques heures de répit, de loisir et de partage ; la journée des familles en Charente et tous les projets en préparation pour les Semaines d'Information sur la Santé Mentale d'octobre sur le thème de l'environnement (voir p.4).

Enfin, une nouvelle page s'ouvre dans la vie de nos délégations : faire que la parole de la personne rétablie d'un trouble psychique soit incarnée et vienne illustrer nos propos et formations. Collaborer avec des personnes qui souhaitent faire bénéficier leurs pairs et les familles de leur savoir expérientiel est un vecteur d'espoir que nous devons expérimenter.

Je souhaite à toutes et tous de pouvoir reconstituer son capital énergie en vivant dans les prochaines semaines de jolis moments de vacances.

Sincèrement.



DÉLÉGATION DE LA NOUVELLE-AQUITAINE

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

Martine Dos Santos
Déléguee Régionale

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

Sommaire

L'édito	p.1
L'agenda régional	p.1
Rencontres Inter - Gem	p.2
Journées interdépartementales	p.3
Brèves	p.4



L'agenda régional

Assemblée Annuelle de l'Unafam des Deux-Sèvres le samedi 10 septembre à Secondigny (79). Thème : « l'aide aux aidants : la parole aux familles ».

Journée des adhérents de Charente, le samedi 17 septembre à partir de 11h30 à Montboyer (16).

1^{ère} édition du forum des partenaires en Santé Mentale de la Creuse le mardi 20 septembre 2022 de 10h à 17h à l'Espace André Lejeune à Guéret (23).

Colloque de l'association Santé Mentale France - Nouvelle-Aquitaine « Comment penser l'inclusion aujourd'hui ? ». Le lundi 26 septembre 2022, au rocher palmer à Cenon (33). Inscription obligatoire [sur le site](http://www.santementalenouvelleaquitaine.fr/) (www.santementalenouvelleaquitaine.fr/). 15€ / Gratuit pour les adhérents de l'Unafam.

Rencontre conviviale des adhérents de la Vienne le samedi 08 octobre à Buxerolles (86).

La journée départementale des adhérents de Gironde le 08 octobre 2022 à Bordeaux (33).

SISM 2022 « Pour ma santé mentale, agissons pour notre environnement » du 10 au 23 octobre 2022 (voir le préprogramme en page 4).

Rencontres Inter-Gem 2022 de la Taillade (47)

Les 1^{er}, 2 et 3 juin derniers était organisée la 4^{ème} édition des rencontres inter-gem, au village vacances la Taillade (47) par quatre GEM « Entraide et vous », « La ruche d'entraide », « La grande rue du GEM » et « OKLM le GEM ». Dominic Kastler, animateur du GEM de Villeneuve-sur-Lot en était le coordinateur. Pour les 10 ans de l'évènement, ils ont souhaité aborder la thématique de la pair-aidance et invité pour cela l'association innovante de pairs ressource en santé mentale « [Espairs Dordogne](#) », partenaire de l'Unafam 24. Notre Déléguée Régionale, Martine Dos Santos, était invitée sous la double casquette de Déléguée Régionale et Vice-Présidente d'Espairs Dordogne. Elle revient pour nous sur le déroulé de cette journée qui a réuni 200 personnes (gemmeurs, représentants d'associations, professionnels, représentants de l'ARS Nouvelle-Aquitaine).

Pour la 2^{ème} journée de ces rencontres, consacrées à la pair-aidance, le public était essentiellement constitué de représentants de 42 GEM venus des quatre coins de France. Ils ont marqué leur intérêt certain par une attention et une participation active aux échanges du matin avec les intervenants de la « table ronde ».

Antony Robin, coordinateur de parcours du « C2A » de Bergerac qui anime le dispositif de « formation au rétablissement » mis en place par le CH Vaclaire; mais aussi Vice-Président d'Espairs Dordogne; a introduit la journée, en visioconférence, pour définir le concept de la pair-aidance, les différents profils, les conditions d'accès et les différentes formations existantes. Il a présenté Florence Martin qui a intégré l'équipe du C2A comme pair-aidante professionnelle et assure également la Présidence d'Espairs Dordogne.

Martine Dos Santos a ouvert la table ronde en tant que Vice-Présidente d'Espairs en reprenant la genèse de l'association. Puis elle a évoqué les deux formations de pairs-ressource en santé mentale mises en place en Dordogne. Ces formations permettent l'accès au statut de bénévole sans niveau d'études imposé, à toute personne rétablie qui souhaite venir en aide à ses pairs en difficulté. Encadrées par les professionnels et responsables associatifs du dispositif, les personnes formées disposent de séances d'analyse des pratiques animées par une psychologue. Elles sont également engagées dans une démarche de formation continue et suivent la formation d'Education Thérapeutique du Patient (40h), proposée par le CH Vaclaire. En sa qualité de Déléguée régionale Unafam Nouvelle-Aquitaine, Martine Dos Santos a souligné le soutien régional et national de l'Unafam à la pair-aidance et en particulier à celle des GEM. 170 GEM en France sont actuellement parrainés par l'Unafam.

Lui a succédé Philippe Viallet, Président du GEM « le Renc'art » à Bergerac et aujourd'hui

adhérent à Espairs. Il a expliqué son choix de participer à la 2^{ème} session de formation « Pair Ressource en Santé Mentale » afin d'acquérir les connaissances nécessaires pour exercer au mieux la pair-aidance. Magali Longis, ex Présidente d'Espairs Dordogne, a ensuite témoigné de l'expérimentation menée auprès des familles adhérentes de l'Unafam 24 désireuses d'échanger avec un pair-aidant pour mieux comprendre la pathologie de leur proche et adapter leur attitude pour mieux les accompagner. L'expérience évaluée par un questionnaire de satisfaction auprès des familles concernées s'est montrée très positive. Marie M., adhérente à l'Unafam 24 qui a participé à l'expérimentation, a témoigné de l'intérêt des échanges avec Magali, qui venaient compléter le soutien apporté par l'Unafam.



Pause-déjeuner pour les intervenants

La matinée s'est poursuivie par une expérience inédite décrite par une infirmière et d'une cadre de santé du CH Vaclaire. Celle de l'intégration d'une paire-ressource, Hélène Reyraud, pour des séances d'ETP au sein de l'Unité de crise de Bergerac (UPC). Ce stage de 35h a démontré la plus-value et la complémentarité que peuvent apporter la pair-aidance au sein d'une équipe soignante. Puis Christophe Sermonne, infirmier à l'hôpital de jour de Bergerac a relaté l'accueil dans l'équipe de Vincent, pair-ressource pour un autre stage de 35h.

Tout au long du déroulé de la table ronde, les

questions ont été nombreuses et l'interactivité a montré l'intérêt des « gemmeurs » pour ce sujet porteur d'espoir et déstigmatisant.

Pour clore la matinée, David Maille, Pair-ressource, a fortement ému l'assistance avec ses textes slamés évoquant le droit des personnes concernées et l'histoire de son propre rétablissement. Il a reçu une ovation debout.

La Pause-déjeuner s'est déroulée dans une atmosphère très joyeuse et agréable à l'ombre des arbres.

L'après-midi, réuni sous une yourte, les participants ont poursuivi le jeu des questions/réponses. Nous avons été surpris par une forte participation - tous n'ont pas pu s'exprimer - ce fut encore un moment fort d'échanges, sur les points de vigilance à respecter, les difficultés rencontrées mais aussi les perspectives positives pour ce nouveau métier de pair-aidant.

Dominic Kastler, nous a confié : « *Les retours des questionnaires de satisfaction pour cette journée sont extrêmement positifs et cette réussite réside dans le partenariat construit autour de ce projet qui a conduit à donner des perspectives d'espoir à chacune des personnes présentes pour un but commun : donner du sens à la vie* ». Il rajoute : « *les pratiques innovantes naissent souvent au sein des grandes métropoles, l'exemple donné par la Dordogne, montre que chaque département de France peut ambitionner de reproduire ce schéma gagnant.* »

Marie-Thérèse Labitrie, Déléguée Départementale de l'Unafam 47 était présente lors de cette journée. Elle a noté les différentes formes que peuvent prendre la pair-aidance. Pour elle, la pair-aidance « familles » doit être croisée avec la pair-aidance « personnes concernées » : « *c'est une voie vers le rétablissement. Avoir été pair-aidé aide à devenir pair-aidant.* »

Martine Dos Santos
Déléguée régionale

1^{ères} journées interdépartementales de Nouvelle-Aquitaine

Après une longue période bousculée par la crise sanitaire, où les liens et les occasions de rencontres ont été mis à mal, la délégation régionale de l'Unafam avec le soutien des délégations départementales a souhaité organiser des rencontres interdépartementales pour réunir adhérents et bénévoles pour un temps d'échange convivial et prendre soin de soi. Les délégations de Poitou-Charentes et du Grand-Limousin se sont lancées dans l'aventure pour cette première édition.

Ainsi le samedi 2 juillet, simultanément à Bussière-Galant (87) et à Magné (79), les adhérents du Grand Limousin (Creuse, Corrèze, Dordogne et Haute-Vienne) et de Poitou-Charentes (Deux-Sèvres, Charente, Charente-Maritime, Vienne) étaient les bienvenus pour passer un moment convivial, avec leurs proches s'ils le souhaitaient.

Une façon de fêter ensemble les 60 ans de notre belle association !

La délégation régionale remercie chaleureusement l'ensemble des participants, les bénévoles ainsi que les municipalités de Magné et Bussière-Galant qui ont mis gracieusement les salles à disposition.

Journée des familles à Saint-Pée-sur-Nivelle (64)

Les délégations Unafam des Pyrénées-Atlantiques et des Landes ont participé à leur manière au projet de rencontres interdépartementales. La délégation 64 a invité les adhérents des Landes et leurs proches à se



(A gauche) Martine Dos Santos, déléguée régionale Nouvelle-Aquitaine et Florence Martin Présidente d'Espairs Dordogne ont aminé les échanges à Bussière-Galant (87). (Au centre) Balade en barque dans le marais poitevin (79). (A gauche) Vélo-rails à Bussière-Galant .

Près de 90 personnes se sont retrouvées autour d'un programme varié. À Magné: promenade découverte du patrimoine, séance de sophrologie, balade en barque et visite de l'écomusée du marais poitevin. À Bussière-Galant : témoignages sur la pair-aidance et le rétablissement avec l'association Espairs Dordogne et le Pôle des usagers du CHS Esquirol, mais aussi mini-golf, vélo rail, et baignade ! Les échanges étaient chaleureux autour de l'accueil café et du pique-nique partagé. Les retours très positifs (voir encart) et les propositions d'activités et d'organisation des participants nous encouragent à renouveler l'expérience en 2023 en espérant mobiliser plus d'adhérents.

Savoir prendre soin de soi, s'offrir un temps de repos pour décompresser, se déconnecter de son quotidien pour se reconnecter avec d'autres participant aussi au rétablissement de la personne en souffrance psychique. Comment aider et espérer que son enfant, sa sœur ou son mari aillent mieux lorsque l'on ne sort pas soi-même la tête de l'eau ? Nous vous donnons donc rendez-vous en 2023 pour un nouveau temps de répit et d'échanges.

PAROLES DE PARTICIPANTS

« Belles énergies très positives avec des interventions pleines d'espoir, d'émotions, de bons conseils, à recommencer très vite ».

« Une journée qui nous a fait du bien et permis d'échanger un peu avec d'autres parents. Bravo à l'UNAFAM ! »

« Nous avons beaucoup apprécié cette journée, les activités mais aussi les échanges avec les participants. »

« C'est une belle initiative. Pas trop de monde pour cette 1ère expérience, c'est un peu normal. A renouveler, il devrait y avoir plus de personnes intéressées. Bravo et Merci ! »

« Un grand merci à toutes et à tous pour cette journée ,qui a permis d'échanger "sans filtre" car nous sommes tous dans "le même bain"; partage de paroles re-vivifiantes dans ce cadre si apaisant auprès de personnes très accueillantes et chaleureuses. Merci ».

(Témoignages de participants aux journées de Magné et Bussière-Galant).

joindre à une journée détente à Saint Pée Sur Nivelle (64), le samedi 14 Mai. 70 participants, dont une dizaine de landais (Unafam 40) se sont retrouvés autour d'un méchoui à la ferme Larralde, invités par Marie-Christine, bénévole depuis plus de 10 ans à Unafam 64.

Un cours de Yoga et un atelier présentant la méthode Vittoz étaient proposés. Deux proches concernés, Mathieu et Clément avaient apporté leur instrument de musique, un violon et une guitare. Ils ont interprété plusieurs morceaux, préparés ou improvisés, et offert un moment d'évasion qui a fait un réel plaisir aux participants qui ont beaucoup apprécié ce moment de partage. L'édition 2023 est déjà dans les têtes !



Journée des familles à St Pée/Nivelle

À vos agendas : SISM 2022



Affiche officielle 2022

Animations / Stands

Le 28/09 la caravane des folies ordinaires s'installe à Montignac (24) : espace mobile et ludique d'information sur la santé mentale.

Le 30/09 après-midi des aidants dans le Périgord Noir (24) (lieu à déterminer).

Le 11/10 au Club House du Rugby de Guéret (23) de 17h à 19h : « Bulle », Préjugix, sport adapté...

Le 15/10 dans les jardins partagés de St Palais (64) : haltes musicales, stands,...

Le 15/10 dans une galerie marchande de Pau (à déterminer) (64) : « Bulle », stands,...

Le 15/10 dans les jardins du Château de Campagne (24) : point information, ateliers, promenade dans le parc, escape game, film, caravane des folies ordinaire...

Le 15/10 à la bibliothèque centre-ville de Limoges (en lien avec l'exposition) animations grand public : œuvre participative, scénettes humoristiques sur leur maladie et jouées par une troupe de théâtre, etc...

Le 18/10 journée SISM à l'EPD de Clairivie à Salagnac (24)

Le 19/10 dans la galerie marchande Ametzondo de Bayonne (64) : « Bulle », stands,...

Le 19/10 au Centre Social Agora de Bourgneuf (23) de 15h à 17h : « Bulle », Préjugix, vidéo...

Le 19/10 à Villeneuve-sur-Lot (47) de 14h à 17h « "Bien vivre dans mon environnement", présentation des ressources locales pour lutter contre l'isolement et améliorer la qualité de vie.

Animations « Porteurs de paroles » sur les marchés du Sud Gironde (33) (dates à déterminer).

Conférence / Exposition / Sensibilisations

Du 10 au 22/10 à la bibliothèque centre-ville de Limoges (87) exposition d'œuvres réalisées par des personnes concernées (visite libre aux heures d'ouvertures de la [BFM Centre-Ville](#)).

Le 20/10 conférence sur l'emploi des personnes handicapées psychiques avec des témoignages d'accès à l'emploi, management inclusif, temps aménagé ... à la CCI de Limoges (87) de 17h30 à 19h30.

Agen : action de sensibilisation sur les troubles psychiques auprès des établissements scolaires privés.

En septembre, retrouvez le programme complet sur la page [Facebook](#) des délégations de Nouvelle-Aquitaine et [les sites internet des délégations](#).

AG Unafam 2022 : De nouveaux élus de Nouvelle-Aquitaine

Félicitations à Messieurs Jean-Claude Aubert (33) et Olivier Du Cray (87) pour leur élection au Conseil d'Administration (CA) de l'Unafam lors de l'Assemblée Générale qui a eu lieu à Paris le 24 juin. Notre Déléguée Régionale, Mme Martine Dos Santos, élue au CA l'année dernière, a intégré le Bureau de l'Unafam et a été élue Secrétaire de l'association.

Un grand merci à eux pour cet engagement dans nos instances nationales. Merci également à Mme Edith Dreistadt qui a terminé son mandat de Déléguée Départementale des Landes (40).

Formations pour les aidants

« **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 1 octobre** à Biarritz (64) de 9h30 à 17h.

« **Journée d'information sur les troubles psychiques** ». Cette journée permet à toute personne nouvellement confrontée à la maladie psychique d'un proche, d'acquies les repères essentiels sur les troubles psychiques et l'offre de soins et d'accompagner près de chez lui. **Le vendredi 07 octobre à Périgueux (24)** de 9h à 17h.

« **Journée "adapter sa communication avec un proche souffrant de troubles bipolaires"** ». Cette formation a pour objectif de permettre aux proches de personnes vivant avec des troubles bipolaires de mieux comprendre les troubles et de mettre en place une communication adaptée afin de faire face un peu plus sereinement aux conséquences de la maladie, d'améliorer la relation et de se préserver. Permet d'expérimenter les méthodes de communication vues dans le [module e-learning](#). **Le samedi 08 octobre à Pau (64)** de 9h30 à 17h.

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

Unafam 24 : 06 07 37 46 74

Unafam 64 : 05 40 39 59 07

Mail : N° de la délégation@unafam.org

Formations ouvertes aux aidants. Réalisées avec le soutien de la [CNSA](#).

Directrice de la publication : Martine Dos Santos

Contributeurs : Christina Chiron, Blandine Delhoume, Martine Dos Santos, Marie-Pierre Guitard, Unafam 64.

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

