

Actualités de la délégation du Bas-Rhin

Juillet 2025



Union Nationale des familles et amis
de personnes malades et/ou handicapées psychiques
34 route de la Fédération, 67100 Strasbourg
Tél. 03.88.65.96.40 | 67@unafam.org
www.unafam.org/bas-rhin

SOMMAIRE

L'ÉDITO.....	3
NOS ACTIONS 2025.....	4
PERMANENCES 2025	4
GROUPES DE PAROLE 2025.....	5
FORMATIONS 2025.....	7
MANIFESTATIONS À VENIR	8
ACTUALITÉS	9
VIE DE L'ASSOCIATION	11
À ÉCOUTER, LIRE, CONSULTER	15
LA BLAGOUNETTE DE ROMAIN.....	16



Pour toutes nos actions, vérifier les dates et les coordonnées sur le site qui est mis à jour à chaque modification ou imprévu.

L'ÉDITO

Chères adhérentes, chers adhérents,

J'ai le plaisir d'introduire cette dernière lettre d'information avant la pause estivale !

Ces derniers mois, l'équipe des bénévoles s'est étoffée et c'est grâce à elle, à son engagement et à sa disponibilité que nous avons pu faire face à un calendrier chargé, surtout au mois de juin.

L'Unafam a été sollicitée pour participer à des événements marquants comme « La nuit du handicap » et « le Marathon du vignoble d'Alsace / la Marche du cœur ». Elle a également assuré une présence à différentes manifestations sur des pratiques que nous soutenons, comme l'activité physique ou d'autres qui nous interpellent, comme l'isolement et la contention.

Nous sommes également impliqués dans des actions de sensibilisation sur les troubles psychiques et dans l'élaboration du projet d'établissement des hôpitaux d'Erstein et de Brumath ainsi que dans la création de la maison de la santé mentale.

Nous nous réjouissons de ces sollicitations qui montrent la prise de conscience et la volonté de répondre au mieux aux besoins et aux attentes des personnes concernées et de leur entourage.

Je vous souhaite une bonne lecture et un bel été !

*Michelle Escudié
Déléguée Départementale Unafam Bas-Rhin*

NOS ACTIONS 2025



PERMANENCES 2025

PAR TÉLÉPHONE

Des bénévoles se relaient pour être à votre écoute 7j/7 au **03.88.65.96.40**

EN PRÉSENTIEL

Nos bénévoles vous accueillent pour vous informer, vous aider et vous soutenir :

À STRASBOURG :

 34 route de la Fédération, 67100 STRASBOURG

Dans les locaux de Route Nouvelle Alsace

Les jeudis de 14h à 16h. Si ces horaires ne vous conviennent pas, il est possible de convenir d'un autre créneau en contactant le **03.88.65.96.40**.

 **Pas de permanences en présentiel en juillet et en août sauf sur demande.**

À LA MAISON DES USAGERS (MDU) – CENTRE HOSPITALIER D'ERSTEIN :

 13 Route de Krafft, 67150 ERSTEIN

Le 2^e jeudi du mois, de 14h à 16h, sur rendez-vous.

Contact : Astrid Schahl, Tél. : 06.38.86.35.40

À LA MAISON DES ASSOCIATIONS ET DES SERVICES – WISSEMBOURG :

 2 rue du Tribunal, 67160 WISSEMBOURG

Tous les 1^{ers} vendredis du mois, à partir de 14h sur rendez-vous.

Contact : 06.45.30.10.18 ou 67@unafam.org

 **Pas de permanences en présentiel en juillet et en août.**

À L'EPSAN DE BRUMATH :

 141 avenue de Strasbourg, 67170 BRUMATH

Tous les 1^{ers} mercredis du mois, de 14h à 16h sur rendez-vous.

Contact : 06.45.30.10.18 ou 67@unafam.org

 **Pas de permanences en présentiel en août.**



GROUPES DE PAROLE 2025

La participation aux groupes de parole est libre et gratuite. Il est prudent de vérifier les dates définitives sur le site avant de venir : [ici](#)

Pour tout nouveau participant, un entretien téléphonique préalable avec le coordinateur correspondant est nécessaire.

Groupe n° 1 : Schiltigheim – Mme Striegel, éducatrice spécialisée

APEDI - 5 rue Jean Monnet - Salle de réunion au 1^{er} étage

☺ De 18h à 19h30, les jeudis 04 septembre, 16 octobre, 06 novembre, 11 déc.

► Contact UNAFAM : Astrid Schahl (06.38.86.35.40)

Groupe n° 2 : Strasbourg – Co-animation : Pr Fabrice Berna, psychiatre et un médiateur de santé pair

UNAFAM 67 - 34, route de la Fédération

☺ De 18h à 19h30, les lundis 08 septembre, 06 octobre, 03 novembre, 15 déc.

► Contact UNAFAM : Michelle Escudié (06.27.41.54.67)

Groupe n° 3 : Obernai – Dr Diviné, psychiatre, et Mme Matt, cadre infirmière

Centre socio-culturel Arthur Rimbaud - 2 av. de Gail (salle de formation)

☺ De 18h15 à 20h15, les mercredis 24 septembre, 29 octobre, 26 nov., 10 déc.

► Contact UNAFAM : Janine Lutzweiler (09.64.00.45.06)

Groupe n° 4 : Bischwiller – Mme Striegel, éducatrice spécialisée

Salle du Lion d'Or, annexe de la Mairie - 3 rue du Château

☺ De 18h à 20h, les mardis 02 septembre, 14 octobre, 04 novembre, 09 déc.

► Contact UNAFAM : Michelle Escudié (06.27.41.54.67)

Groupe n° 5 : Sarre-Union / Saverne

☺ Les mardis 14 octobre et 16 décembre à 17h – au GEM Renaître, 14 rue Flurer, à Sarre-Union (Docteur Roos et Mme Atzenhoffer)

☺ Les mardis 16 septembre, 18 novembre à 17h – au GEM, Le Phare de Saverne, 1 Quai de l'Ecluse à Saverne

(Les professionnels intervenant dans ce groupe varient d'une réunion à l'autre)

► Contact UNAFAM : Clément Decker (06.61.61.45.85)

Groupe n° 6 : Illkirch-Graffenstaden – Dr Meyer, psychiatre

L'Illade (Pôle associatif) - 11 Allée F. Mitterrand

☺ De 18h30 à 20h, les mardis 17 septembre, 08 octobre, 04 nov. ?, 09 déc.

► Contact UNAFAM : Liliane Isemann (06.52.08.42.10)

Groupe n°7 : Wissembourg – Mme Eymenier, psychologue

Maison des Associations et des Services - 2 rue du Tribunal

☺☺ De 17h30 à 19h, les vendredis 05 septembre, 03 octobre, 07 nov., 05 déc.

► Contact UNAFAM : Michelle Escudié (06.27.41.54.67)

Groupe n°8 : Sélestat – Mme Hostein, psychologue

Foyer d'hébergement de l'ancienne cour (FHTH) - 14 place du Marché aux Choux

☺☺ De 17h30 à 19h, les jeudis 04 septembre, 02 octobre, 06 novembre, 04 déc.

► Contact UNAFAM : Astrid Schahl (06.38.86.35.40)

► GROUPES SPÉCIFIQUES SUR LES TROUBLES BIPOLAIRES ◀

Groupe n° 9 : Strasbourg – Pr Bertschy, psychiatre, et Pr Bacqué, psychologue

Groupe ouvert à toute personne intéressée par les troubles bipolaires

UNAFAM 34, route de la Fédération

☺☺ De 18h à 19h30, les mardis 09 septembre, 14 octobre, 18 novembre, 09 déc.

► Pour tout renseignement : 06.45.30.10.18

Groupe n° 10 : Strasbourg – M. Beraldin, psychologue

Groupe de parole pour les proches de personnes bipolaires, avec inscription préalable : 67@unafam.org

UNAFAM 34, route de la Fédération

☺☺ De 18h30 à 20h, dates à venir

► Pour tout renseignement : 06.45.30.10.18

► GROUPES SPÉCIFIQUES POUR LES PERSONNES SOIGNÉES ◀

Groupe n°11 (« Parler pour se rétablir ») : Strasbourg – Mme Gamper, neuropsychologue et un médiateur de santé pair

GEM Club Loisirs, 37 avenue de Colmar

☺☺ De 16h à 17h30, les lundis 08 septembre, 06 octobre, 03 novembre, 15 déc.

► S'inscrire auprès de la coordinatrice Michelle Escudié (06.27.41.54.67)

Groupe n°12 (spécifique dépressions) : Strasbourg – Mme Gamper, neuropsychologue et un médiateur de santé pair

GEM Club Loisirs, 37 avenue de Colmar

☺☺ De 18h à 19h30, les lundis 08 septembre, 06 octobre, 03 novembre, 15 déc.

► S'inscrire auprès de la coordinatrice Michelle Escudié (06.27.41.54.67)

Groupe hors Unafam (spécifique troubles bipolaires) : Strasbourg – Mme Bacqué, psychologue

Faculté de psychologie, 12, rue Goethe



De 17h à 18h30, tous les premiers mardis de chaque mois

► S'inscrire auprès de l'animatrice : bacque@unistra.fr



FORMATIONS 2025

Animées conjointement par des professionnelles et des bénévoles de la délégation, toutes nos formations sont **gratuites**, organisées grâce au financement de la CNSA (Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie). Le repas de midi est offert.

Renseignements et inscriptions : 06.45.30.10.18 | 67@unafam.org

Formations à venir, à destination des familles et amis, adhérents ou non :

- 👤 **Samedi 20 septembre** : Les difficultés psychologiques de l'enfant et de l'adolescent | [Brumath](#)
- 👤 **Samedi 04 octobre** (9h-17h) : Mieux accompagner un proche souffrant de troubles schizophréniques | [Strasbourg](#)
- 👤 **Samedi 11 octobre** : (9h-17h) : Journée d'information sur les troubles anxieux | [Haguenau](#)
- 👤 **Samedi 18 octobre** (9h-17h) : Journée d'information sur les troubles psychiques | [Strasbourg](#)
- 👤 **Vendredi 24 octobre** (14h-17h30) **et samedi 25 octobre** (9h-17h) : Adapter sa communication avec un proche souffrant de troubles bipolaires | [Strasbourg](#)
- 👤 **Samedi 15 novembre** (9h-17h) : Journée d'information sur la dépression sévère et résistante | [Strasbourg](#)
- 👤 **Vendredi 21 novembre** (9h-17h) : Communiquer avec bienveillance pour vivre en harmonie avec son entourage | [Sélestat](#)
- 👤 **Vendredi 28, samedi 29, dimanche 30 novembre** (9h-17h) : Atelier d'entraide PROSPECT | [Strasbourg](#)
- 👤 **Samedi 20 décembre** (9h-17h) : La tristesse de l'aidant – Comment y faire face ? | [Strasbourg](#)

« Premiers Secours en Santé Mentale » (PSSM) : Formation à destination de tous.
Coût : 30€

- Les **jeudi 06 et vendredi 07 novembre** à Strasbourg **[Complète]**

Pour plus d'informations : <https://www.pssmfrance.fr/>

Vous trouverez toutes les informations et des précisions sur le contenu de ces formations sur notre site : <https://www.unafam.org/bas-rhin/nos-formations>



MANIFESTATIONS À VENIR

⚡ COURIR EN TÊTE – EPSAN DE BRUMATH

Nous avons le plaisir de renouveler notre participation à l'événement "**Courir en Tête**". Petit changement : contrairement aux éditions précédentes, il se déroulera en journée, de 10h à 23h, le **samedi 06 septembre 2025** à Brumath.

L'objectif demeure inchangé : **soutenir la lutte contre les maladies mentales**. Ce défi en équipe, accessible à tous, permet à chacun de participer selon ses capacités. Que vous choisissiez de courir ou de marcher, accompagné de vos enfants, vos amis, votre chien, tout le monde est le bienvenu !

Parcours simple et accessible

Le parcours est une boucle de 1 kilomètre, idéal pour tous, que vous soyez sportif aguerri ou que vous souhaitiez simplement prendre part à un événement convivial. Nous encourageons vivement les personnes concernées par les troubles psychiques à participer.

Petite restauration sur place

Une offre de restauration sera proposée sur place, pour reprendre des forces et partager un moment de convivialité entre participants.



Rejoignez notre équipe Unafam pour totaliser un maximum de kilomètres parcourus et ainsi renforcer la visibilité de notre association !

⚡ SEMAINES D'INFORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE (SISM)

Les SISM, portant cette année sur le lien social, reviennent en octobre pour une 36^e édition. Vous trouverez les informations sur le site [Semaines Santé Mentale](#). Des précisions sur les événements locaux vous seront bientôt transmises.

⚡ CONFÉRENCE SUR L'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU PATIENT

Dans le cadre de la journée régionale d'Education thérapeutique du patient (ETP), organisée par l'Espace Ressources en ETP, nous interviendrons lors de la **conférence « Santé mentale de quoi parle-t-on ? Place de l'ETP et répercussions sur la santé physique »**. Cette formation s'adresse aux professionnels du soin et aux bénévoles d'associations d'usagers.



Jeu



À Strasbourg

⚙️ COLLOQUE SUR LE THÈME « LES EXCLUS DU SOIN »

Ce colloque s'adresse aux professionnels du soin et aux représentants des usagers.

📅 Jeudi 06 et vendredi 07 novembre 2025

📍 EPSAN de Brumath

⚙️ JOURNÉE DES ADHÉRENTS À METZ

À l'instar du week-end des adhérents qui s'est déroulé à Saint-Dié-des-Vosges en septembre 2023, l'Unafam Grand-Est a souhaité renouvelé ce moment d'information et de convivialité entre adhérents de la région.

La rencontre se tiendra à Metz autour du **thème : « La place des proches aidants dans les soins en psychiatrie »**. Au programme : des témoignages d'associations familiales du Luxembourg, de Belgique, d'Allemagne et de la Fédération européenne Eufami, une réflexion sur la reconnaissance des aidants dans les pratiques soignantes, ainsi qu'un éclairage sur le projet européen PSICOCAP+.

La journée se clôturera par une visite guidée du quartier de la Gare et du Centre Pompidou, ouverte à toutes les personnes qui le souhaitent.

📅 Samedi 15 novembre 2025

📍 Foyer des Jeunes Travailleurs Etap'HABITAT à Metz (quartier gare)

📌 Programme détaillé et informations pour s'inscrire [sur notre site](#)



ACTUALITÉS

⚙️ ALLOCATION AUX ADULTES HANDICAPÉS (AAH) REVALORISÉE

L'AAH est une aide visant à garantir un revenu minimum aux personnes en situation de handicap. Son montant est régulièrement revalorisé en fonction de l'inflation. En avril 2025, l'AAH a été revalorisée de 1,7% mais l'augmentation n'a été effective qu'à partir de mai. Son nouveau montant est désormais au maximum de **1 033,32 €** pour tout bénéficiaire ne disposant pas d'autres ressources.

Pour rappel, l'AAH avait connu un changement notable en 2023 avec la "déconjugalisation" de cette allocation, ce qui a permis de ne plus prendre en compte les ressources du conjoint dans le calcul de l'aide. Cette mesure avait permis à de nombreux bénéficiaires de voir leur allocation augmenter significativement ou de devenir éligibles à cette aide.

| Françoise

BREF RETOUR SUR LES JOURNÉES NATIONALES SANTÉ MENTALE France, LES 12 ET 13 JUIN 2025

Ces journées se sont tenues à Montpellier. Avec plus de 700 participants, elles étaient centrées sur le rétablissement, un nouveau paradigme issu des usagers. Il a beaucoup évolué dans le champ de la santé mentale ces dernières décennies comme l'a bien relaté Aude Fauvel (historienne spécialiste de l'histoire de la psychiatrie française).

Cette évolution, relativement récente en France, nécessite un changement de regard de la part des équipes de soins et l'implication « d'experts d'expérience » dans ces équipes. Un programme « Médiateurs de Santé-Pairs » (MSP) visant à accompagner la formation et le recrutement de personnes concernées par des troubles psychiques rétablies ou en voie de rétablissement, dans des établissements hospitaliers ou structures médico-sociales est détaillé par le CCOMS (Centre Collaborateur de l'OMS) pour la recherche et la formation en santé mentale installé dans un EPSM (Etablissement Public de Santé Mentale) déployé dans la métropole lilloise. Actuellement on compte près de 200 MSP en France ayant une licence professionnelle délivrée à Paris XIII ou à Bordeaux.

Un exemple d'alliance entre des professionnels d'un établissement psychiatrique et d'une patiente devenue, depuis, pair aidante (patiente experte) au sein d'un même établissement a été rapporté.

Un des outils du rétablissement est la réhabilitation psychosociale. Un exemple de cette démarche est porté par un service du Centre Hospitalier de Rouffach dont l'originalité est de présenter un modèle intégré de coordination entre PTSM, CLSM et Centre de ressources en Réhabilitation Psychosociale.

Aussi, pour aider à (re)trouver le chemin du rétablissement un nouveau média participatif Plein Espoir, construit par et pour les personnes vivant avec des troubles psychiques, est proposé à l'initiative de Santé mentale France. [Accueil - Plein Espoir](#)

Le rétablissement de la personne souffrant d'un trouble psychique passe aussi par celui de ses proches : ateliers PROSPECT (Unafam), psychoéducation (AVEC, LEO, programme Profamille), soutien des jeunes aidants (Communauté de pratiques Etincelles&Co).

En conclusion, « l'ambition de ces journées était de promouvoir une inventivité et une transversalité de proximité sur les territoires afin de favoriser les processus de rétablissement des personnes concernées, dans le respect de leur projet de vie, dans un souci de co-construction, de déstigmatisation et de promotion de leur citoyenneté »

| Françoise



VIE DE L'ASSOCIATION

04 AVRIL : CONGRÈS DES INTERNES EN PSYCHIATRIE ET CINÉ-DÉBAT :

Les 03 et 04 avril 2025, l'Unafam tenait un stand lors du congrès national des internes en psychiatrie. Nous sommes allés à la rencontre de ces médecins qui choisissent cette spécialité peu prisée. Leur jeunesse nous a d'abord frappés, mais très vite, à travers nos échanges, nous avons été impressionnés par leur motivation et par une expérience déjà solide. Cela nous donne confiance dans cette nouvelle génération de psychiatres que nous remercions d'avance de prendre soin de nos proches et qui sont attendus avec impatience dans les services hospitaliers.



Le congrès a été clôturé par un ciné-débat autour du film « Funambules » : Beaucoup d'étudiants dans la salle mais aussi des familles, des personnes concernées qui nous ont fait part de leur ressenti avec une grande émotion car le film rend très bien la difficulté de vivre avec des troubles. Le réalisateur nous a dit la volonté que les acteurs (personnes concernées) ont eu de faire connaître leur vécu et aussi les bons moments qu'ils ont partagés.

Beau film d'un point de vue esthétique mais aussi pour son récit sur ces vies particulières... à voir et revoir.

| Michelle

25 AVRIL : CONVIVIALITÉ ENTRE BÉNÉVOLES



Promenade et bavardage en fin de journée autour du Baggersee, de la forêt du Neuhof, et tartes flambées au Chalet du Kurgarten ont réjoui la quinzaine de bénévoles présents.

| Michelle

16 MAI : O'SE CHANGER LES CODES

Porté par le Centre de Ressources Intim'Agir, le premier festival « O'se changer les codes » voit le jour le 16 mai dernier. Inclusif, visant à déconstruire les préjugés et valoriser l'estime de soi des personnes porteuses d'un handicap, cet événement a donné directement la parole aux personnes concernées venues partager leurs expériences, leurs outils et leurs connaissances.

Une belle occasion pour l'Unafam 67 de se tenir aux côtés de ses associations membres L'UDAF 67 et l'APF 67 pour soutenir les personnes porteuses d'un handicap quel qu'il soit, à la sensibilisation du grand public et à l'importance de faire évoluer les normes sociales existantes.



Le festival « O'se changer les codes » était un terrain propice pour aborder des sujets essentiels, souvent invisibilisés, tout comme l'estime de soi, la vie affective, la vie intime et sexuelle, la parentalité, les violences et surtout, le droit d'être pleinement soi ! Au programme, on retrouvait des tables rondes, un défilé de mode, des témoignages forts, des performances artistiques et des stands partenaires.

Nous espérons vous voir à la seconde édition, en 2026 !

| Célia

04 JUIN : SPORT SANTÉ

Le mercredi 04 juin après-midi, la Maison Sport Santé de Strasbourg a proposé un événement dédié à la santé mentale et à l'activité physique adaptée, rassemblant professionnels, usagers et curieux.

À travers des parcours immersifs et pédagogiques, les participants ont découvert comment le sport sur ordonnance peut devenir un véritable soutien thérapeutique pour des personnes concernées par les troubles psychiques.

Le stand de l'UNAFAM a connu une forte affluence.



☼ 14 JUIN : NUIT DU HANDICAP



Le samedi 14 juin, l'Unafam a participé à la « Nuit du Handicap » place Kléber à Strasbourg. Sous un soleil de plomb, mais protégées par une tonnelle et un arbre, nous avons accueilli et renseigné les passants, ainsi que Madame la Maire ! Mathilde, Célia, Angèle et Valérie étaient présentes. Quelques enfants ont



mis toute leur énergie à renverser les préjugés à l'aide de notre « chamboule-tout ».

| Angèle

☼ 19 JUIN : CINÉ-DÉBAT « DIFFÉRENTE »



Le sujet de l'autisme n'est pas notre spécialité à l'Unafam mais la salle de 260 places était pleine et une vingtaine de personnes ont été refusées. Nombreux étaient les professionnels et les personnes concernées par ce trouble neuro-développemental. Il est souvent associé à d'autres troubles ou tellement bien compensé par les efforts de la personne que le diagnostic est tardif et

complexe. Les échanges et partages d'expérience dans la salle ont été appréciés car ils ont permis de dire plus que ce que le film ne montre, tant le sujet est vaste.

Merci à Virginie Schrick Mappus d'Aspiejob, au Professeur Bertschy et à Marie et Célia du cinépsy pour avoir permis cet événement.

A une prochaine séance !

| Michelle

☼ 21 et 22 JUIN : PRÉSENCE AU MARATHON DU VIGNOBLE

Le Marathon du Vignoble d'Alsace, à Molsheim, c'est surtout un événement sportif pour TOUS. Coureurs et marcheurs, enfants, seniors, jeunes et moins jeunes, déguisés ou non, tout le monde y trouve son bonheur !

Le marathon, connu à l'international, est célèbre pour l'ambiance festive qui y règne. L'occasion pour notre association de se faire connaître et d'y être associée en version « solidaire ». Car en parallèle à toutes les courses y est proposée la marche du cœur, dont l'intégralité du bénéfice des inscriptions est reversée à l'Unafam 67 et à l'IMPro - Sei du Ried.

C'est à ce titre que quelques courageux bénévoles ont contribué, pendant 2 jours avant l'événement, à la préparation des dossards et des paniers garnis. Le week-end du marathon, sous un soleil de plomb, ils ont assuré les permanences au stand des inscriptions à Molsheim et au point de ravitaillement (boissons, gâteaux et fruits) au niveau de la mairie de Mutzig et pour finir ils ont collaboré au rangement le lundi.



Une très belle expérience humaine, dans une réelle ambiance de fraternité et d'humour. Rendez-vous pris pour la version 2026.

| Sylvie

🧑🧑🧑 GROUPE DE PAROLE « PARLER POUR SE RÉTABLIR »

Le groupe de parole « Parler pour se rétablir », destiné aux personnes concernées par des troubles psychiques, aborde désormais **différents thèmes à chaque séance**, tels que « Les effets secondaires des traitements, notamment la prise de poids » ou encore « La précarité financière et les bouleversements qu'elle entraîne ».

Ces discussions permettent aux participants de partager leurs expériences et de trouver un soutien dans leur parcours de rétablissement.

🧑🧑🧑 ATELIER BIEN-ÊTRE : SOPHROLOGIE

Des séances de sophrologie animées par une sophrologue professionnelle, sont proposées gratuitement. Ces ateliers visent à vous initier à des techniques de relaxation et de gestion du stress, favorisant ainsi le bien-être.

Les ateliers reprendront à partir du **mardi 02 septembre**, et se tiendront chaque semaine de 15h à 16h. Que vous soyez novice ou déjà familier avec la sophrologie, ces séances sont ouvertes, à tous les adhérents, dans une ambiance bienveillante et détendue.

Si vous êtes intéressé-e, **n'hésitez pas à venir vous initier lors de la première séance, mardi 02 septembre !**



À ÉCOUTER, LIRE, CONSULTER

- Livre : "Où tu seras reine"

Chrystel Duchamp ; Editions Verso label Seuil ; parution le 17/01/25

Maud, vingt-cinq ans, entretient une relation fusionnelle avec sa mère. Quand sa psychiatre, qui suit la jeune femme pour une schizophrénie sévère, lui explique que ce lien l'empêche de s'épanouir, Maud décide de prendre ses distances avec la figure maternelle.

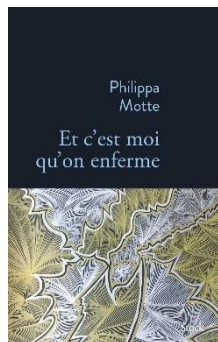
Jusqu'au jour où elle découvre sur son répondeur un message paniqué de cette dernière. Un message qui se conclut par « Je l'ai tué ».

Maud se précipite dans la maison de son enfance. Commence alors une chasse au trésor funèbre qui va l'amener, pièce par pièce, à exhumer d'inavouables secrets de famille...



- Livre : Et c'est moi qu'on enferme

Philippa Motte ; Editions Stock ; parution le 07/05/2025



À trente et un 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 psychologiquement, 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 est maintenant consultante et formatrice sur les thématiques de la santé mentale et du handicap psychique.

<https://www.lespatientssengagent.fr/philippa-motte-pair-aidance-sur-les-enjeux-de-sante-mentale-et-de-handicap-psychique>

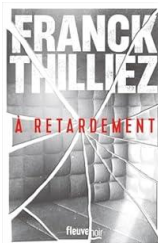
>> Pour aider à recruter des personnes avec des difficultés psychiques, elle a rédigé en 2017 un guide publié aux éditions de l'AGIRC-ARRCO :

[Troubles psychiques et emploi, guide pratique pour les managers](#)

- **Livre : À retardement**

Franck Thilliez; Édition Fleuve noir ; parution le 02/05/25

Thriller sur fond d'Unité pour malades difficiles et de meurtres commis lors de délires psychiatriques, l'écrivain associe maladie mentale, parasitologie, dépit amoureux, psychiatre menacée et flics ténébreux dans un cocktail hyper-efficace.



- **Revue : Pratiques en santé mentale n°278**

Ascodocpsy propose de consulter gratuitement sa bibliographie « Accompagner les proches » parue dans ce numéro.

« Alors que tous les professionnels de la santé mentale sont convaincus qu'il est de plus en plus indispensable de prendre en compte l'environnement des personnes souffrant de troubles psychiques pour espérer engager une dynamique inclusive, cette revue propose de visiter tous les efforts engagés pour soutenir les aidants et les proches. Est-il question d'aider, de soutenir, ou d'accompagner les proches ? Des précisions sont sans doute nécessaires pour mieux qualifier les enjeux de ces interventions, mais au-delà, le proche va être soumis à une véritable épreuve où se conjuguent désarroi, solitude, épuisement et souffrance. Il est donc justifié de tout faire pour le préserver et lui donner les moyens d'affronter les difficultés de ces situations d'aide. » | <https://www.ascodocpsy.org/>



LA BLAGOUNETTE DE ROMAIN



Chat perché

Comment connaître l'ancienneté d'un chaton ?

La légende veut que les chats aient sept vies. En les perdant, ils se rapprochent des cieux ; on peut donc parler des chats faux d'âge.



Comité de rédaction et relecture : Pauline Borde, Angèle Bourdoiseau, Damien Broussolle, Michelle Escudié, Anne-Marie Fonteneau, Mathilde Fuchs, Françoise

Malavielle, Célia Mayer, Marine Plantegenet et Sylvie Schiff / **Mise en forme**

graphique : Marine Plantegenet / **Pictogrammes** : flaticon.com / **Site Internet**

www.unafam.org/bas-rhin : Marine Plantegenet / **Imprimé par l'Entreprise Adaptée** :



L'édition de « Act'Unafam » a été rendue possible grâce au soutien de :

