

## Sommaire :

- 1 : Edito et les maladies psychiques
- 2 : La psychiatrie de secteur
- 3 : L'Unafam en Seine-et-Marne
- 4 : Questions, réponses, vos interrogations

## L'Unafam, ses valeurs

### Chers amis

Avec ce numéro d'Unafam, nous souhaitons privilégier l'information de nos lecteurs sur diverses approches des troubles psychiques.

La première des informations à proposer nous semble être celle des valeurs que l'Unafam veut promouvoir pour mieux défendre, représenter et aider les familles, en association avec ses partenaires.

### L'Unafam choisit l'exigence et le progrès...

En réclamant la mise en oeuvre de tous les moyens susceptibles d'améliorer la santé et les conditions de vie des personnes en grave souffrance psychique. En appuyant toute démarche contribuant à faire progresser la recherche, En agissant en toute indépendance (confessions religieuses, partis politiques, organisations syndicales ...)

### L'Unafam agit contre la stigmatisation

- \* Pour briser le tabou attaché aux maladies mentales
- \* Pour que la société porte « un autre regard » sur ces maladies
- \* Pour rappeler en toutes circonstances la place de chaque personne dans la société, quels que soient la maladie et/ou le handicap dont elle souffre.

Contactez et rencontrez des bénévoles de notre équipe pour faire connaissance et, peut-être, vous apercevoir que vous pouvez nous apporter et surtout apporter aux familles un soutien modeste en apparence ... mais qui sera en réalité très important .



**Hubert Peigné, Président délégué  
Unafam pour la Seine-et-Marne.**

## Les maladies psychiques

Ce sont des affections du psychisme entraînant des troubles de la pensée, du jugement et du comportement. Ces maladies n'engendrent pas de déficience mentale mais les capacités intellectuelles peuvent être « masquées » par la maladie.

Les principales maladies psychiques sont :

- La schizophrénie, qui présente une grande diversité de symptômes, au point qu'il vaut mieux parler « des » schizophrénies ;
- Les troubles bipolaires (anciennement : troubles maniaco-dépressifs), qui se caractérisent par une alternance de phases « maniaques » (activité intense) et de phases dépressives ;
- Les dépressions sévères et répétées.

Ces maladies se révèlent généralement à l'adolescence ou à l'entrée dans l'âge adulte. Leurs manifestations peuvent être prises, à tort, pour une « crise de l'adolescence », ce qui peut retarder la consultation d'un spécialiste, seul en mesure d'établir un diagnostic précis et de définir le traitement adapté.

Il s'agit de maladies chroniques, qui connaissent des crises plus ou moins aiguës. En l'état actuel des connaissances, les traitements disponibles (les antipsychotiques) ne permettent pas de guérir les personnes qui en souffrent mais peuvent limiter efficacement les symptômes les plus invalidants.

Ces maladies sont à l'origine d'un handicap psychique qui se distingue des autres handicaps (mental, sensoriel, moteur) en ceci qu'il est souvent « invisible », à première vue. Cet handicap se présente sous différentes formes mais, dans tous les cas, il est très difficile au malade psychique de mener une vie sociale équilibrée.

L'hospitalisation en psychiatrie est souvent un passage obligé, mais il est très rare aujourd'hui que des malades psychiques passent leur vie en hôpital psychiatrique. La plupart peuvent vivre dans la société, mais cela nécessite souvent un accompagnement spécifique, assuré par la famille ou par des associations à caractère médico-social.

La personne souffrant d'une maladie psychique vit souvent dans un monde qu'elle juge très angoissant. Dans ce contexte, toute stigmatisation peut avoir des effets désastreux, en rendant encore plus difficile l'établissement de liens permettant d'avoir accès à « la vraie vie ».

Même du fond de leur pathologie, les malades psychiques demeurent des personnes. Ne l'oublions jamais !

## LA PSYCHIATRIE DE SECTEUR : UNE CONCEPTION TOUJOURS NOVATRICE ... QUI DOIT ÊTRE APPROFONDIE

Les personnes souffrant d'une pathologie psychiatrique et leurs proches découvrent, à leur entrée dans cet univers méconnu qu'est la psychiatrie publique, qu'ils relèvent d'un « secteur » et que cette appartenance détermine le lieu de leur hospitalisation si celle-ci est nécessaire.

A la différence des autres pathologies, la psychiatrie publique s'appuie en effet sur une organisation territoriale spécifique : la France est divisée en plusieurs centaines de secteurs psychiatriques, chacun couvrant une population de 50 000 à 100 000 habitants. Ainsi, de même qu'il y a une « carte scolaire », on pourrait dire qu'il existe une « carte psychiatrique ». Bien entendu, chacun peut s'adresser au psychiatre libéral ou à la clinique privée de son choix. Mais il y a de nombreuses situations dans lesquelles le recours au secteur public est inévitable : cas d'urgence, pathologies complexes, hospitalisations sans consentement, rareté des places en hospitalisation privée ... La prise en charge s'effectue alors obligatoirement dans l'hôpital du secteur dont dépend la commune de domicile du patient, sauf très rares exceptions.

### Le secteur psychiatrique, qu'est-ce que c'est ?

L'organisation des secteurs psychiatriques a été conçue, dans les années 1960, comme une alternative aux grands asiles départementaux mis en place par une ordonnance royale de 1838, hébergeant, souvent pour de très longs séjours, voire à vie, des centaines de patients coupés du monde. Elle s'inspire de la volonté de réinsérer le malade psychiatrique dans la Cité, le séjour à l'hôpital n'étant que transitoire. Elle vise par ailleurs à assurer une égalité d'accès à des services psychiatriques de qualité sur l'ensemble du territoire.

Chaque secteur dispose d'une unité d'hospitalisation de taille humaine, d'une vingtaine de lits, avec le personnel nécessaire (psychiatres, personnels infirmiers et aides-soignants, assistante sociale, psychologues, ergothérapeutes...) et d'un centre médico-psychologique (CMP), lieu de consultation avant ou après l'hôpital, généralement situé hors de l'hôpital. A cela peuvent s'ajouter, en fonction des possibilités budgétaires, un centre d'activités thérapeutiques à temps partiel (CATTP) ou un hôpital de jour. Par ailleurs, il peut exister des structures « intersectorielles », communes à plusieurs secteurs, comme les consultations pour enfants et adolescents (pédopsychiatrie), pour personnes âgées (gérontopsychiatrie) ou pour personnes en grande précarité.

L'organisation en secteur permet ainsi d'ancrer dans un territoire le parcours de soin d'un patient qui peut être suivi, à l'hôpital ou hors de l'hôpital, par le même psychiatre, les mêmes soignants, la même assistante sociale. Cette continuité est éminemment sécurisante pour le patient. En outre, cette organisation permet aux membres de l'équipe de connaître concrètement les ressources locales : possibilités de logement, d'emploi, d'activités... Ainsi est possible un

travail en réseau unissant les différents acteurs sanitaires, médico-sociaux, sociaux, pour le plus grand profit des personnes souffrant de troubles psychiques.

### Améliorer le fonctionnement du secteur

Pour mieux remplir ses missions, le secteur doit aujourd'hui être rénové dans son fonctionnement, selon deux axes qui correspondent aux principes posés lors de la création de la psychiatrie de secteur :

- *Assurer une égalité de prise en charge sur l'ensemble du territoire* : toute personne ayant recours à la psychiatrie publique devrait, quelque soit son lieu de résidence, être assurée de bénéficier d'une prise en charge d'égale qualité. Or, ce n'est pas le cas : selon les secteurs on observe de sensibles disparités de dotations en équipements et en personnels, mais aussi dans la gamme des soins et des services proposés.
- *Favoriser l'insertion des malades psychiatriques dans la Cité* : le secteur assure des soins, mais il doit aussi faciliter le retour des malades à une vie « normale », ce qui doit l'amener à travailler davantage en réseau avec des partenaires compétents dans les différents domaines : associations travaillant dans l'accompagnement, familles, élus locaux, bailleurs de logements, employeurs ...

### Les secteurs en Seine-et-Marne

Il y a en Seine-et-Marne dix-sept secteurs psychiatriques. On ne peut donner ici la liste des dizaines de communes qui composent chacun de ces secteurs. Mais le tableau ci-dessous, où ne figure que la principale commune de chaque secteur, permet une première approche. N'hésitez pas à nous consulter (0164393592 ou 77@unafam.org) pour savoir de quel secteur dépend votre commune.

| Secteur | Principale commune du secteur | Hôpital     |
|---------|-------------------------------|-------------|
| 77G01   | Combs-la-Ville                | Melun       |
| 77G02   | Savigny-le-Temple             |             |
| 77G03   | Melun                         |             |
| 77G04   | Dammarié-les-Lys              |             |
| 77G05   | Fontainebleau                 | Nemours     |
| 77G06   | Nemours                       |             |
| 77G07   | Montereau-Fault-Yonne         |             |
| 77G08   | Provins                       | Provins     |
| 77G09   | Coulommiers                   | Coulommiers |
| 77G10   | Fontenay-Trésigny             |             |
| 77G11   | Meaux                         | Meaux       |
| 77G12   | La Ferté-sous-Jouarre         |             |
| 77G13   | Villeparisis                  |             |
| 77G14   | Lagny-sur-Marne               | Jossigny    |
| 77G15   | Chelles                       |             |
| 77G16   | Champs-sur-Marne              |             |
| 77G17   | Pontault-Combault             |             |

## L'Unafam en Seine-et-Marne au service des malades psychiques et de leurs familles

Si vous souhaitez prendre contact avec nous, appelez le 01 64 39 35 92.

Selon votre lieu de domicile, on vous dirigera vers la permanence la plus proche où vous pourrez rencontrer un de nos bénévoles. Il pourra répondre à vos questions et vous présentera les différentes ressources à la disposition des familles: Service d'écoute téléphonique, groupe de parole, information sur les pathologies psychiques, sur les hospitalisations sans consentement, sur les curatelles et tutelles, sur les droits ouverts aux handicapés psychiques, sur les établissements d'accueil....

Tous nos bénévoles ayant eux-mêmes un proche malade psychique ont été formés afin d'être à votre écoute. Ils sont en mesure de vous aider.

|   |   |
|---|---|
| <p><b>Des Psychologues sont à votre écoute</b><br/>« Ecoute familles »<br/>du Lundi au Vendredi, de 9h00 à 18h</p> <p><b>01-42-63-03-03</b></p> | <p><b>Des bénévoles de Seine-et-Marne<br/>sont à votre écoute</b><br/><b>7 jours sur 7, 24 heures sur 24</b></p> <p><b>01-64-39-47-75</b></p> |
|---|---|

| Les « Permanences » de l'Unafam 77 |  |                 |  |
|------------------------------------|--|-----------------|--|
| Lieux                              | Dates                                      | Horaires        | Adresses   |
| LAGNY-sur-MARNE                    | 3ème Samedi sur RDV<br>4ème Samedi sur RDV | entre 10 et 12h | 9, rue Vacheresse  |
| PONTAULT<br>COMBAULT               | Tous les jours sur RDV                     |                 | Espace Associatif - 11, rue de Bellevue  |
| COULOMMIERS                        | 3ème Vendredi sans RDV                     | entre 14 et 16h | <u>Mois impairs</u> : CMP, rue des Moulins - Coulommiers<br><u>Mois pairs</u> : Hôpital de Coulommiers |
| MELUN                              | Tous les jours sur RDV                     |                 | Bureau de la Délégation - 26, rue des Mézereaux  |
| DAMMARIE- les-LYS                  | 1er Vendredi sur RDV                       | entre 14 et 16h | Centre Socio-Culturel - Place du 8 Mai 1945  |

| Les « Groupes de Parole » Unafam 77 |                       |               |
|-------------------------------------|-----------------------|---------------|
| Lieux                               | Dates                 | Horaires      |
| CHELLES                             | 1er Samedi du mois    | 9 à 11h       |
| COULOMMIERS                         | 1er Vendredi du mois  | 20 à 22h      |
| PONTAULT-COMBAULT                   | 3ème Vendredi du mois | 20h30 à 22h30 |
| LE MEE-SUR-SEINE                    | 4ème Vendredi du mois | 19h30 à 21h30 |

### Des bénévoles de l'Unafam représentent les malades et leurs familles dans de nombreuses instances

- à la Maison départementale des personnes handicapées, MDPH ;
- dans les Commissions des usagers des hôpitaux et cliniques, CruqPC ;
- dans la Commission départementale des soins psychiatriques, CDSP ;
- dans des commissions du Conseil général ;
- dans les comités locaux de santé mentale de Pontault-Combault et de Nemours, CLSM
- dans diverses commissions des structures médico-sociales.

## Questions , Réponses , vos interrogations

### Est-ce que les malades psychiques sont dangereux ?

Non, en règle générale. L'écrasante majorité des malades psychiques ne sont pas dangereux pour autrui.

Toutefois, il arrive que des violences, parfois très graves et le plus souvent dirigées contre des proches (parents, soignants...), soient commises par des malades psychiques.

Des études approfondies ont montré que le facteur principal de ces actes n'était pas la maladie en elle-même mais la consommation de drogue, dont les effets peuvent être désastreux surtout si cette consommation est associée à une absence de traitement, à l'isolement, à la précarité.

La dangerosité des malades psychiques la plus fréquente est en fait celle qu'ils dirigent contre eux-mêmes (suicide, mutilation, ...).

### Mon enfant est malade psychique, est-ce que je suis coupable ?

Non ! Vous n'avez à ressentir ni honte (*que ça ne se sache pas !*), ni culpabilité (*qu'est-ce que j'ai raté ?*)

Toute l'expérience de l'Unafam nous fait vous proposer ceci : ne tombez pas dans ce piège, qui est une erreur réelle et une posture stérile, qui n'apporte rien de bon à personne.

Rejetez cette emprise malsaine du passé et permettez -vous de reconnaître et de dire la maladie, et ainsi de contribuer peu à peu au bien-être :

- . de votre proche malade ;
- . de vous-même, de votre famille
- . et de toutes les personnes qui, après votre témoignage, apprendront elles aussi à accepter de reconnaître la maladie d'un proche, à ne pas rester seules, à aider elles-mêmes ensuite d'autres personnes dans la même situation.

C'est la base de la solidarité proposée, défendue et vécue par l'Unafam, ses adhérents et ses bénévoles.

### Vous avez besoin de l'Unafam,

#### L'Unafam à besoin de vous

Venez nous rejoindre en adhérant à l'Unafam!

Etre adhérent vous permet de :

- Bénéficier d'un accès privilégié à notre association au plan local
- Disposer d'informations récentes sur la psychiatrie et les services d'accompagnement
- Être invité à participer à des conférences et débats sur les maladies psychiques

**Cotisation 2014** : 61 € (14 € pour les foyers non imposables). Les deux tiers de la cotisation (41 €) ouvrent droit à réduction d'impôt.

Téléchargez le bulletin d'adhésion : <http://www.unafam.org/Bulletin-d-adhesion.html> et retournez-le à l'adresse de la délégation de Seine-et-Marne

### Les malades psychiques, peuvent-ils travailler ?

Oui, mais pas tous.

Souvent, ils ne sont pas en mesure d'exercer une activité professionnelle. En raison de leurs rapports perturbés avec autrui, ils ne peuvent que très difficilement faire face aux contraintes et aux tensions d'une activité professionnelle normale.

Mais certains, en fonction du niveau de leur handicap, peuvent travailler dans un Établissement et Service d'Aide par le Travail (Esat, ex CAT), offrant des conditions de travail et un environnement en milieu adapté.

Quelques uns, enfin, arrivent à travailler en milieu ordinaire. Des services comme Cap Emploi peuvent aider à leur intégration.

Dans tous les cas, il est nécessaire de passer par la MDPH."

