

356 rue Ferdinand de Lesseps
34070 – Montpellier
Tél: 04 67 58 49 29
Mob: 06 23 40 75 49
Béziers: 06 95 16 34 85
Email: unafam34@gmail.com
Site: www.unafam34.org

Sommaire

Page 1

- Edito
- La santé mentale des jeunes enfants
- Atelier d'entraide Prospect
- Mieux communiquer avec un proche bipolaire

Page 2

- Accueils
- Promouvoir l'*empowerment* des usagers des services de santé mentale et de leurs aidants
- Nouveau rapport de l'OMS sur le suicide dans le monde
- Ecoute-Famille

Page 3

Agenda des SISM à Montpellier

Page 4

- Une équipe mobile ados multi-systémique à Montpellier
- Vidéo à voir
- Groupes de parole

Atelier d'entraide Prospect

Le prochain atelier d'entraide Prospect aura lieu au local de Montpellier les

Vendredi 19 novembre de 16 à 20h

Samedi 20 novembre de 9 à 18h

Samedi 27 novembre de 9 à 18h

Inscription par téléphone

au 04 67 58 49 29 ou au

06 23 40 75 49

Mieux communiquer avec un proche bipolaire

Une formation pour mieux communiquer avec un proche bipolaire aura lieu au local de Montpellier les

4 et 5 décembre 2021 de 9 à 17h

Préinscription par téléphone

au 04 67 58 49 29 ou au

06 23 40 75 49

Bulletin n°29 – Octobre 2021

Edito

En cette rentrée, la vie reprend presque son cours normal, et nous avons pu participer physiquement à l'Antigone des Associations le 12 Septembre. Ce fut l'occasion de nombreuses rencontres et d'échanges enrichissants tant avec des proches que des personnes elles-mêmes concernées par la maladie psychique et d'autres associations.

Les événements se succèdent en cette rentrée puisque après la journée du 16 Septembre où, unis aux autres associations concernées nous avons manifesté en faveur de la déconjugalisation de l'AAH, se dérouleront du 4 au 17 Octobre 2021, les 32ème SISM (Semaines d'Information sur la Santé Mentale).

Là encore l'ouverture aux autres associations et partenaires a été source d'enrichissement et de synergie. C'est ainsi qu'à l'initiative de l'UNAFAM 34 a été créé un collectif SISM avec le soutien du CODES 34 et de la VILLE DE MONTPELLIER. Une quarantaine de partenaires ont été conviés à ce collectif, aboutissant à un programme SISM comportant un grand nombre d'événements tous très intéressants et sur des sujets différents et complémentaires que vous retrouverez en détail dans ce bulletin.

La présence de chacun est importante pour que le grand public prenne conscience que la maladie psychique peut toucher tout le monde et n'est pas quelque chose de rare ni dont il faudrait avoir honte.

Nous vous attendons nombreux pour participer à ces animations et événements destinés à la fois à informer les familles et proches, mais surtout à faire connaître et déstigmatiser la maladie psychique auprès du grand public.

Mady TEISSEDE

Délégue Départementale Hérault

La santé mentale des jeunes enfants

Au printemps 2022, Santé publique France lancera, avec l'appui des ministères chargés de la Santé et de l'Education nationale et des acteurs agissant auprès des enfants et des jeunes, une enquête visant à produire des indicateurs de santé mentale chez les enfants de 3 à 11 ans en France métropolitaine et dans les DOM. L'objectif est de produire des indicateurs de santé mentale chez les enfants de 3 à 11 ans en France métropolitaine et dans les DOM afin :

- d'estimer la prévalence des indicateurs de santé mentale positive ou « bien-être », équivalents de la qualité de vie ;
- d'estimer la prévalence des différents troubles de santé mentale y compris les troubles des apprentissages ;
- de décrire les facteurs de risque et protecteurs associés, y compris les déterminants sociaux ;
- d'évaluer le retentissement de ces troubles sur d'autres domaines en lien avec la santé.

Accueils

Montpellier

RV à prendre au 04 67 58 49 29

ou au 06 23 40 75 49

Au local, 356 rue Ferdinand de Lesseps, tous les mercredis de 14h30 à 18h

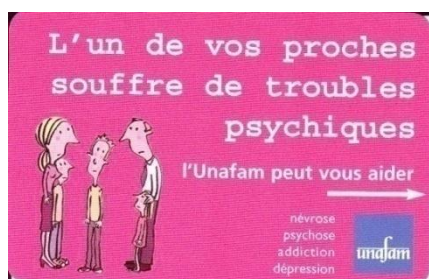
Béziers

RV à prendre au 04 67 58 49 29

ou au 06 95 16 34 85

Espace Camille Claudel, 2 rue Robert Rivetti (à coté de Conforama et Auchan) salle de réunion RdC
le 2^e jeudi du mois de 14h00 à 16 h30.

Ecoute-Famille



Enquête : Promouvoir l'empowerment des usagers des services de santé mentale et de leurs aidants

Le Centre Collaborateur de l'Organisation Mondiale de la Santé pour la recherche et la formation en santé mentale (CCOMS) lance une vaste étude internationale sur l'**empowerment** à laquelle les **usagers** des services de santé mentale et leurs **aidants** sont invités à participer.

L'empowerment, considéré par l'OMS comme une priorité essentielle en matière de promotion de la santé, fait référence au niveau de choix, d'influence et de contrôle que les personnes, ici les usagers et les aidants, peuvent exercer sur leur propre vie dans trois domaines : la défense des droits fondamentaux, la participation à l'organisation et l'évaluation des soins, et l'information et la communication.

Le CCOMS a validé une liste de 25 recommandations en faveur de l'empowerment des usagers actuellement en soins et des aidants, c'est-à-dire des proches fournissant une assistance, à temps complet ou ponctuellement, à titre personnel, de manière continue et bénévole, à un usager. Néanmoins, ces recommandations ne sont pas appliquées partout et sont parfois inconnues des personnes concernées. Il est donc important de consulter les usagers et les aidants en leur demandant d'indiquer l'importance qu'ils accordent aux différentes recommandations, et ce qu'ils savent de leur application et de leur soutien officiel.

Ils sont donc invités à consacrer une quinzaine de minutes à répondre à un questionnaire en ligne. Les résultats de cette enquête seront communiqués à l'Organisation Mondiale de la Santé. Si vous avez besoin d'informations complémentaires, vous pouvez écrire à Françoise Askevis-Leherpeux à l'adresse : francoise.leherpeux@ghtpsy-npdc.fr

Pour contribuer à promouvoir l'empowerment des usagers et des aidants, répondez au questionnaire [en suivant ce lien](#)

<https://www.ccomssantementalelillefrance.org/empowerment-home>.

Nouveau rapport de l'OMS sur le suicide dans le monde

Plus de 700 000 personnes se suicident chaque année dans le monde. Le suicide est la quatrième cause de décès chez les 15-29 ans. Pour chaque suicide, on dénombre de nombreuses autres tentatives de suicide. Une tentative de suicide est le principal facteur de risque de suicide ultérieur dans la population générale. 77 % des suicides surviennent dans des pays à revenu faible ou intermédiaire.

Si le lien entre suicide et troubles mentaux (en particulier la dépression et les troubles liés à l'usage de l'alcool) est bien établi dans les pays à revenu élevé, de nombreux suicides ont lieu de manière impulsive dans un moment de crise et de défaillance de l'aptitude à faire face aux stress de la vie, tels que les problèmes financiers, une rupture, une maladie ou une douleur chronique.

La stigmatisation, qui entoure en particulier les troubles mentaux et le suicide, signifie que beaucoup de gens qui ont attenté à leur vie ne cherchent pas à se faire aider et ne reçoivent pas l'aide dont ils auraient besoin. La prévention du suicide n'a pas été convenablement traitée tant que l'on n'avait pas conscience du fait que le suicide constitue un problème majeur de santé publique et parce que de nombreuses sociétés le considèrent comme un tabou et n'en parlent pas ouvertement.

La réduction des taux de suicide dans les pays est un indicateur des Objectifs de développement durable des Nations Unies, du treizième programme général de travail de l'OMS pour la période 2019-2023 et du Plan d'action mondial pour la santé mentale.

Agenda des SISM à Montpellier

Cette année, grâce à la mise en place d'un Collectif, les **Semaines d'information sur la santé mentale** (SISM 2021 – du 4 au 17 octobre) offre sur Montpellier un éventail d'actions alliant plusieurs partenaires.

Mardi 05 Octobre 2021 de 9h à 17h au CHRS Regain à Montpellier : « Forum Santé Mentale »

- Une journée dédiée à la santé mentale avec des stands informatifs et des animations pour découvrir différentes problématiques de santé mentale et psychique. Des projections ([vidéo présentée par l'Unafam](#)), des témoignages et des expositions photos pour mettre en avant le quotidien, le vécu et le travail des personnes présentant des pathologies psychiques. Et enfin, des conférences avec des professionnels de santé et experts.
- Présence d'une multitude d'acteurs : ACT Les Horizons de Regain, AIRIS SAVS, APSH 34, Association des Avocats de Montpellier, Association France Dépression, Association La Boussole, Association Le Fil, Association MaVie APA, CAARUD Axess et La Boutik Réduire les risques ESAT, Florie ADDA, GEM, USR St Clément et USR St Georges, Hôpitaux et Cliniques : Rech, Stella, Quissac, La Lironde, Les Sophora, Minvielle, UJA, Isatis, La Bulle Bleue, Le Hameau des Horizons, MDA, UDAF, UMIPPP, UNAFAM

Jeudi 07 Octobre 2021 de 9h à 17h à la Résidence Accueil La Bastide Henri Blachère de Grabels : « Journées Portes Ouvertes »

- Journée portes ouvertes à la Résidence Accueil de Grabels organisée par Espoir Hérault, avec la présence et le témoignage de résidents et une possibilité de visite des logements.

Jeudi 07 octobre 2021 de 14h30 à 16h30 à la Maison Pour Tous Léo Lagrange : « Je m'Informe et Il Joue »

- Atelier animée par l'association Halte Pouce : des assistant.es de service social seront présent.es pour informer des personnes en situation de handicap mental ou psychique sur leurs droits (projet de vie, emploi, logement, dossier MDPH, prestations sociales etc.).
- Un système de garde sera mis en place pour les enfants des participants (activités ludiques et espace de collectivité). 10 places, sur inscription au 0749200324 (Lorissia PERANI)

Vendredi 08 Octobre 2021 de 14h à 17h à la Résidence Accueil Le Theano, ZAC EUREKA, à Castelnau le Lez : « Visite du chantier de la Résidence Accueil »

- Visite d'un appartement témoin sur la future Résidence Accueil Le Theano de Castelnau le Lez (ouverture 2022) organisée par Espoir Hérault

Lundi 11 Octobre 2021 à 13h00 en direct sur Radio FM+ : « Médicalement vôtre » de Fawia Zeddami

- L'émission de radio sera consacrée à « La dépression et l'éducation thérapeutique » avec pour invitées la psychiatre Charlotte Mulle (Clinique de la Lironde) et Florance Bourles (patiente-experte de l'association France dépression Hérault)

Jeudi 14 Octobre 2021 à 18h à la Gazette Café de Montpellier : conférence-débat «Du droit aux soins au droit de choisir sa vie » animée par des psychiatres du CHU de Montpellier et organisées par l'UNAFAM :

- « Crise Sanitaire : quelles nouvelles réponses thérapeutiques pour les enfants et adolescents » animée par la psychiatre Diane Purper-Ouakil
- « La Santé Mentale des 15/25 Ans : nouvelles pratiques » animée par la psychiatre Alexandra Carré
- « Rétablissement: le droit de choisir sa vie » animée par le psychiatre Nicolas Rainteau

Samedi 16 Octobre 2021 de 10h à 12h au salon du belvédère (CORUM) à Montpellier: Conférence « La dépression existe-t-elle ? » animée par les psychiatres Charlotte MULLE et Dimitri FIEDOS de la Clinique La Lironde, et Florance Bourles, patiente-experte de l'association France Dépression Hérault

Samedi 16 octobre 2021 à 15h à l'Opéra Comédie dans le cadre de la 5^{ème} édition de FUTURAPOLIS Santé : Atelier de sensibilisation aux maladies psychiques et aux gestes d'apaisement et d'accueil bienveillant animé par Dr René Cariou et Marie-Claude Lemoine.

Une équipe mobile ados multi-systémique à Montpellier

Le [CHU de Montpellier](#), en partenariat avec l'équipe de coordination de la TSM-Europe située au [Kings College](#) de Londres, a inauguré le 17 septembre 2021 la première équipe mobile d'intervention de thérapie multi-systémique dans un pays francophone.

Les interventions proposées par l'équipe mobile sont intensives et ciblent plusieurs systèmes avec comme focus principal l'adolescent et sa famille (mais aussi réseau de pairs, système scolaire, institutions, ...).

Les objectifs sont définis avec la famille et/ou les personnes en charge dans un environnement de type familial. Ils sont donc individualisés mais comprennent souvent des buts tels que :

- Améliorer les symptômes de troubles du comportement (agressivité intra-familiale, opposition, absentéisme scolaire, comportements à risque)
- Sécuriser le milieu familial ou institutionnel (prévenir les crises, faciliter les réponses adaptées)
- Réinsérer l'adolescent en dehors des réseaux de pairs déviants (en collaboration avec les partenaires sociaux/méxico-sociaux)

Public concerné, indications

- Groupe d'âge concerné : 11-17 ans
- Signes d'appel : troubles du comportement externalisés (agressivité, transgressions, opposition aux règles), famille vulnérable (difficultés éducatives, sociales, fragilité psychologique)
- Critères de participation : adolescent évoluant dans un cadre familial ou dans un environnement de type familial (famille d'accueil, famille élargie) ; engagement familial à participer au programme.

Pour plus d'information vous pouvez contacter l'Équipe Mobile Ado - Thérapie MultiSystemique : EMA-TMS-34@chu-montpellier.fr - 06 65 84 92 46

Vidéo à voir...

« Humeur liquide/être(e) bipolaires » film réalisé par Rodolphe Viéumont, diffusé par l'Unafam le 5 octobre 2021, dans le cadre des SISM au CHRS Regain au forum Santé mentale.

Film documentaire de 52' (Ère Productions)

Le réalisateur et sa femme, Laurence, sont tous deux bipolaires (manico-dépressifs). Ils livrent ensemble une véritable bataille contre la maladie. Aujourd'hui Rodolphe Viéumont filme Laurence : un portrait et sûrement aussi un autoportrait, sans jamais tomber dans la vulgarité ou le voyeurisme, gommant tout caractère anxiogène du sujet. Un film intimiste et esthétique. Rodolphe et Laurence voudrait un enfant. Mais la bipolarité étant une maladie en partie génétique, il y a un risque de 30% à transmettre la pathologie...

Groupes de parole

Groupe de Chantal Pierre

11 octobre, 8 novembre, 6 décembre 2021
10 janvier, 7 février, 7 mars, 11 avril, 9 mai,
13 juin 2022

Groupe de Caroline Novarra

18 octobre, 22 novembre, 13 décembre 2021
24 janvier, 14 février, 21 mars, 18 avril, 23 mai, 20 juin 2022.

AAH: STOP à la dépendance financière dans le couple!

Pour la déconjugalisation de l'AAH!

