

Bulletin n°11, Septembre 2026

Éditorial :

La fraîcheur revient et avec elle, la vitalité !

Cela nous permet de prendre toute notre place dans :

- **le projet de rénovation de l'unité d'hospitalisation du Pech** à Philippe Pinel. Rappeler que la contention n'est pas un soin, que l'isolement doit être limité à quelques heures. Exiger que les locaux soient confortables, que l'accueil soit chaleureux et respectueux, avec le personnel nécessaire.

Heureusement, la réflexion se mène avec la Voix des Patients qui rassemble des personnes en cours d'hospitalisation ou récemment sorties. L'Unafam a rencontré le GEM de Castres et de beaux échanges ont eu lieu sur un plus de disponibilité des infirmiers, de la valeur de la pair-aidance même dans ces temps de crise. «On» entend une parole qui se libère, une légitimité qui s'exerce, un pouvoir retrouvé qui s'agit !

- **BREF avance.** Cet outil aide bien les parents qui sont inquiets quant à leur proche en souffrance. L'Unafam prend le relais des séances menées par du personnel de CMP ou hôpital psy. L'Occitanie devient un pôle de formation : enfin, en grand, le Soins prend en compte l'intérêt de prendre en compte les proches dans l'Accompagnement des personnes ayant un trouble ! → <https://www.unafam.org/tarn/psychoeducation-programme-bref>
- **Dans les forums** du social, du sport, nous essayons d'être présents pour parler simplement de ce qui se passe dans cette dimension là de la vie ; la santé mentale n'est pas une niche dans laquelle il faut se cacher ou ranger des personnes : la santé mentale, elle

concerne tout le monde, pour la préserver, pour la faire s'épanouir, pour nous faire TOUS grandir. Dans les questions qu'elle pose, la Santé Mentale amène chacun à un peu plus d'analyse sur comment « on fait société ». Les services à la personne, au plus près de nos proches, se forment mais aussi les agents des mairies, de la justice, du logement social ; il y a même eu une formation des enseignants dans un établissement public du Tarn

- **La certitude que notre démarche sert à tout le monde.** La Caisse d'Épargne l'a bien reconnu et nous a remis un chèque de 1 000 € pour soutenir notre initiative des cafés-rencontre.



- **Notre participation aux SISM 2026** que vous allez maintenant découvrir.

Anne-Marie Nègre,
votre déléguée

Les SISM 2026 dans le Tarn

A Lavour, la voix des Patients organise cette année 3 journées pour les Semaines d'Information sur la Santé Mentale. Les fameuses SISM qui fédèrent de plus en plus d'institutions et d'associations. Du jamais vu à Lavour ! 4 journées pour « changer de regard », 4 journées pour faire se croiser les collégiens, le tout public, autour de stands, de jeux, d'expos au centre Ph Pinel et dans la grande halle d'Occitanie. La voix des Patients rencarde les « Psy-causent » cette association qui ouvre des

temps de réflexion aux patients comme aux professionnels du territoire sur une psychothérapie profondément humaniste. La voix des Patients rencarde même des musiciens pour mettre en musique une autre Santé Mentale. Ça tombe bien, l'art est convoqué à la SISM 2026.

A Gaillac, les SISM se mettent sur le marché pour papoter, en randonnée pour en parler sans s'essouffler, et expose des œuvres individuelles ou collectives au Musée de Beaux-Arts.



A Albi, des artistes concernés exposent leurs œuvres aux centres sociaux Adèle et La Fabrique. La délégation vous propose de participer à un ciné-débat sur l'art et la thérapie reposant sur le film autobiographique « Les Rêveurs » d'Isabelle Carré.

A Castres, c'est le GEM qui propose une soirée au Bolegason reposant sur le concert de musique afro-latine de l'artiste toulousain El Gato Negro.

Les SISM deviennent des temps forts qui montrent positivement ce qui se vit entre personnes atteintes de trouble psychiques aux « Autres ». La crise est un moment, l'hospitalisation un temps, l'adhésion au traitement et à l'accompagnement une suite. La vie sociale peut un jour reprendre. Pour l'observer au GEM, un « autre Je » se fait jour.
→ <https://www.unafam.org/tarn/semaines-dinformation-sur-la-sante-mentale-sism>

Auto-école Handi'Conduite

Dans le Tarn, au sein du CMRF d'Albi, une auto-école associative spécialisée « Handi'Conduite » a été créée en 2025. Ce projet, soutenu par l'ARS et les partenaires locaux, marque une étape décisive en structurant une offre unique intégrée au parcours de soins et de réadaptation. Il constitue une réponse concrète à une demande croissante et permet aux candidats en situation de handicap de passer leur permis de conduire dans des conditions optimales.



Cela va se produire:

Mieux accompagner son proche souffrant de troubles anxieux
à Albi (3 octobre 2026)

Concert d'El Gato Negro au Bolegason
à Castres (10 octobre 2026 à 18h00)

Balade bouffée d'air à la MFR Bel Aspect
à Gaillac (15 octobre 2026 à 10h00)

Ciné-débat à la salle Arcé sur l'art et la thérapie
à Albi (15 octobre 2026 à 20h30)

Journées « Changer le regard » à la Halle d'Occitanie
à Lavaur (du 15 au 18 octobre 2026)

Journées d'information sur les troubles psychiques
à Albi (21 novembre 2026)