

Santé mentale : pros et usagers au Calvaire-St-Pierre

Pour la Semaine d'information sur la santé mentale, qui se tient jusqu'au 23 octobre, établissement de santé mentale et associations d'usagers ont rencontré des habitants du Calvaire-Saint-Pierre.

Reportage

Hier, 11 h. Au bout du marché du Calvaire-Saint-Pierre, rue de la Défense-Passive, on trouve le stand installé pour la Semaine d'information sur la santé mentale, qui se tient jusqu'au 23 octobre.

Plusieurs personnes écrivent des phrases sur des feuilles de couleur affichées ensuite sur un panneau grillagé. On peut y lire « Conditions de logement », « Ne pas être seul » « Stabilité sociale »...

L'idée, lancée par l'unité Ariane de l'Établissement public de santé mentale (EPSM) est d'aller à la rencontre des gens pour échanger avec eux. « **Le thème de cette année est Santé mentale et environnement** », explique Gérard Halley, coordinateur du conseil local de santé mentale de la Ville de Caen.

Lorenza, 38 ans, adhérente d'Advocacy, est en binôme avec Julien, animateur à l'espace convivial de cette association d'usagers de la santé mentale. Ils croisent Brigitte, enseignante spécialisée pour les enfants en difficulté à la retraite et lui donnent un exemplaire d'une gazette élaborée par le Service d'accompagnement médicosocial pour adultes handicapés, *L'envol* de l'EPSM de Caen. « **Quels liens faites-vous entre votre santé mentale et votre environnement ?** », demande Lorenza à Brigitte. Celle-ci met peu de temps à réfléchir avant de répondre : « **La pauvreté et le manque de moyens favorisent le mal-être psychologique. Quand on ne peut pas manger à sa faim, qu'on est mal ou pas logé, on ne peut pas aller bien** », lance-t-elle.

Sensibiliser et informer

Lorenza, entre deux rencontres, se livre sur l'importance du lien social pour un mieux-être : « **Cela me fait du bien de venir à Advocacy et de ren-**



Françoise, 70 ans, explique son ressenti sur l'importance de l'environnement pour le bien-être mental.

PHOTO : QUEST-FRANCE

contrer des gens. Cela évite de se retrouver seule et de ruminer. Les confinements avec le Covid n'ont pas fait de bien aux gens. Cela a créé beaucoup d'isolement et ça a fait des dégâts psychologiques. »

Un peu plus loin, Claudine Guily, déléguée adjointe de l'Unafam (Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques) aborde une dame. Françoise, 70 ans, sac de courses en main, accepte de s'arrêter et d'expliquer son ressenti sur la question.

« **J'ai quitté la vie parisienne pour venir m'installer, à Caen, il y a quinze ans. Quand je suis arrivée ici j'étais complètement perdue, je ne**

connaissais personne. Et voir autant de verdure me donnait la nausée. Ce changement d'environnement aurait pu avoir raison de ma santé mentale. » Elle évoque aussi la difficulté à se faire des amis « **alors que dans l'immeuble où j'habitais à Paris, on se connaissait tous** ».

L'objectif de cette semaine est de sensibiliser le public aux questions de santé mentale, informer sur les différentes approches de soins, rassembler professionnels de la santé mentale, usagers, aider à développer les réseaux de solidarité, de réflexion et de soin, faire connaître les lieux et moyens à disposition.

Nathalie TRAVADON.

Samedi 15 octobre, journée au Jardin extraordinaire de Louvigny avec l'association Advocacy, de 11 h à 16 h 30, avec visite du jardin, contes...

Lundi 17 octobre, un café-débat avec l'équipage de Voile en tête proposé par l'Unafam, à la Maison des associations, rue Germaine-Tillon, à Caen.

Mercredi 19 octobre, randonnée pédestre autour de la ferme thérapeutique de l'EPSM à May-sur-Orne. Inscription au 02 31 79 99 90.

Vendredi 21 octobre, de 9 h à 13 h 30, échange sur le marché, place Saint-Sauveur, à Caen.