

L'Édito



Chers Adhérents, Partenaires, Bénévoles et Salariés,

Encore et toujours agir contre le fléau de la stigmatisation des troubles psychiques et des personnes qui vivent avec, nous nous y employons en Nouvelle-Aquitaine et particulièrement chaque année lors des « semaines d'information sur la santé mentale ». Vous en trouverez l'illustration dans cette lettre qui vous démontrera notre volonté de toucher un large public qui n'a pas conscience qu'1 personne sur 5 sera confrontée à un trouble psychique dans sa vie et donc à la stigmatisation.

Préjugés et idées reçues, dans le contexte de la santé mentale sont un frein certain à l'accès aux soins et donc au rétablissement de la personne avec une perte de chance à la clé.

La notion « d'aller vers » qui a été déployée par la Délégation des Deux-Sèvres et ses Partenaires locaux avec le parcours de « Psymone » à travers le département, hors grandes agglomérations, pour venir à la rencontre des habitants, sur des lieux de vie comme les places de marché entre autres, était le plus sûr moyen d'entrer en contact avec la population cible à sensibiliser sur des sujets touchant à la santé mentale (p.2 et 3). C'était une initiative audacieuse et engageante mais le pari a été tenu et les Bénévoles peuvent être fiers de cette action qu'ils souhaitent d'ailleurs réitérer en 2023.

De même, les ciné-débats organisés à différents endroits de la région avec des films traitant de l'impact de la maladie psychique dans la vie des personnes concernées et de leur entourage, ont permis à chaque fois d'engager des échanges riches et de mettre en lumière les effets délétères de la stigmatisation sur les parcours de soin et de vie des personnes en situation de vulnérabilité psychique ; sachant que l'entourage et les soignants subissent eux-mêmes les effets des préjugés et idées reçues.

Toutes les actions de sensibilisation et de formation mises en place par les Délégations Unafam, à destination des aidants et des professionnels en lien avec des personnes vivant avec un trouble psychique, sont des actes de déstigmatisation qui permettent une meilleure compréhension des troubles et de leurs conséquences et donc un meilleur accompagnement.

Enfin, la parole de la personne rétablie d'un trouble psychique n'est-elle pas la plus belle barrière à la stigmatisation ? C'est une action que nous souhaitons développer dans notre région.

Bien à vous.

Martine Dos Santos
Déléguée Régionale



DÉLÉGATION DE LA NOUVELLE-AQUITAINE

Union nationale des familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques

Sommaire

L'édito	p.1
L'agenda régional	p.1
En voiture Psymone !	p.2-3
Les SISM 2022	p.3
Les brèves	p.4

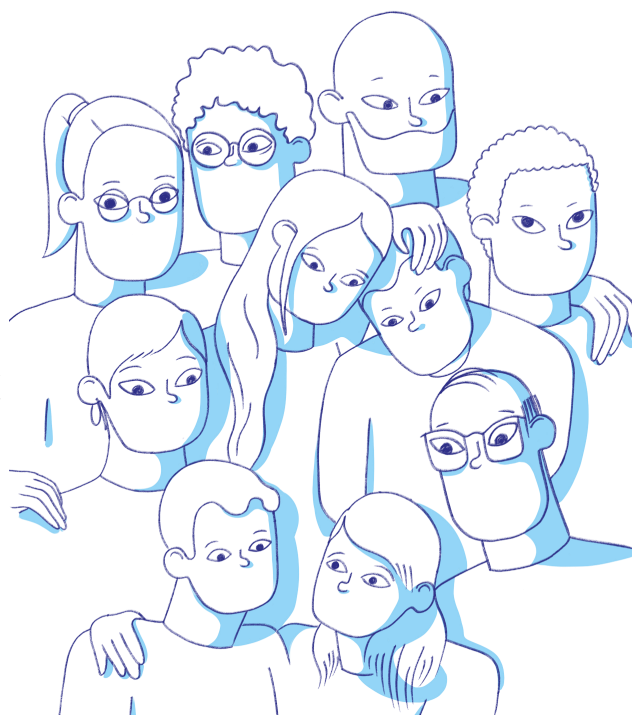


Illustration de couverture du Baromètre Unafam 2022

L'agenda régional

Le mardi 08 et le vendredi 18 novembre ateliers « éthique de l'accueil à l'Unafam » (en visioconférence). Renseignements et inscription auprès de la délégation régionale.

Le dimanche 20 novembre 2022, journée des familles de la délégation Unafam Dordogne à Boulazac-Isle-Manoire (24).

Le samedi 26 novembre 2022, assemblée annuelle de la délégation Unafam Pyrénées-Atlantiques à la salle des fêtes d'Auterive (64).

Le lundi 28 novembre 2022, journée d'échanges des coordinateurs de groupe de parole Unafam à l'espace Franquin à Angoulême (16) (complet).

3 Rempart de l'Est 16000 Angoulême – 05 45 95 30 38/ 07 69 58 87 41
nouvelle-aquitaine@unafam.org - <http://unafam.org/nouvelle-aquitaine>
www.facebook.com/Unafam-Delégations-de-Nouvelle-Aquitaine-109959671449247

En voiture Psymone ! Mission réussie pour le petit bolide de sensibilisation à la santé mentale

Du 10 au 21 octobre 2022, un petit camion a sillonné pour la première fois les routes des Deux-Sèvres pour sensibiliser le grand public à la santé mentale. Son nom : En voiture Psymone ! L'Unafam 79 relate l'aventure de ce camion pas comme les autres.

« Ca fait 10 jours que l'on remballé, 10 jours que l'on fait les mêmes erreurs. On ne retient pas nos leçons, je vous le dis ! », s'exclame en souriant Roland Krob, Directeur de l'ESAT Tremplin Messidor, structure de l'ADAPEI 79.

Pour la dernière fois, l'équipe range le barnum récalcitrant de Psymone. Et tout le matériel qui l'accompagne : sono, tables et chaises, flyers, guirlandes lumineuses et plantes décoratives. La fin d'une aventure démarrée 11 jours auparavant et qui s'achève à Melle, entre fatigue, émotion et surtout, la satisfaction d'une opération réussie.

Près d'un an de travail

Un camion itinérant, qui irait au plus près du grand public pour sensibiliser à la santé mentale et aux troubles psychiques, sans faire peur ni déprimer : l'idée vient d'Anaïs Delaune, éducatrice spécialisée au Réseau REHAB du Centre hospitalier de Niort. En concertation avec Sophie Manios, coordinatrice du Projet Territorial de Santé Mentale, elles proposent le concept aux bénévoles de l'Unafam pour porter le projet.

« Quand elles nous ont proposé ce psytruck, aller à la rencontre du grand public, combattre les préjugés, pointer les lieux ressources, les aides à solliciter... nous n'avons pas hésité », relate Philippe Brilouet, Délégué Départemental de l'Unafam des Deux-Sèvres. Accompagné de Nadine Beal, adjointe au Délégué, il a alors fallu convaincre, expliquer, mobiliser et motiver les troupes.

Au fil des réunions, les partenariats se sont tissés du secteur sanitaire, médico-social et social. Et un noyau dur s'est constitué, composé de Philippe Brilouet, Nadine Beal, Anaïs Delaune, Bernard Humeau, Sophie Manios, Roland Krob, accompagnés de Magali Donzeau, également éducatrice spécialisée au Réseau REHAB du CH Niort.



Les petits badges jaunes de Psymone ont rencontré un succès fou !

Mais avant de partir sur les routes, il fallait bien donner un nom à ce « petit bolide de sensibilisation à la santé mentale ». Ce sont les membres des Groupes d'Entraide Mutuelle du département qui le trouveront, tout droit sorti de leur imagination et validé par l'ensemble des partenaires. « En voiture Psymone ! » était né.

« En voiture Psymone, c'est un nom qui claque ! C'est important d'impliquer aussi et surtout les personnes concernées par un trouble psychique. Il ne faut pas parler à leur place », explique Philippe Brilouet.

Il aura fallu près d'un an de préparation pour donner vie à Psymone. Et peut-être quelques nuits agitées pour certains...

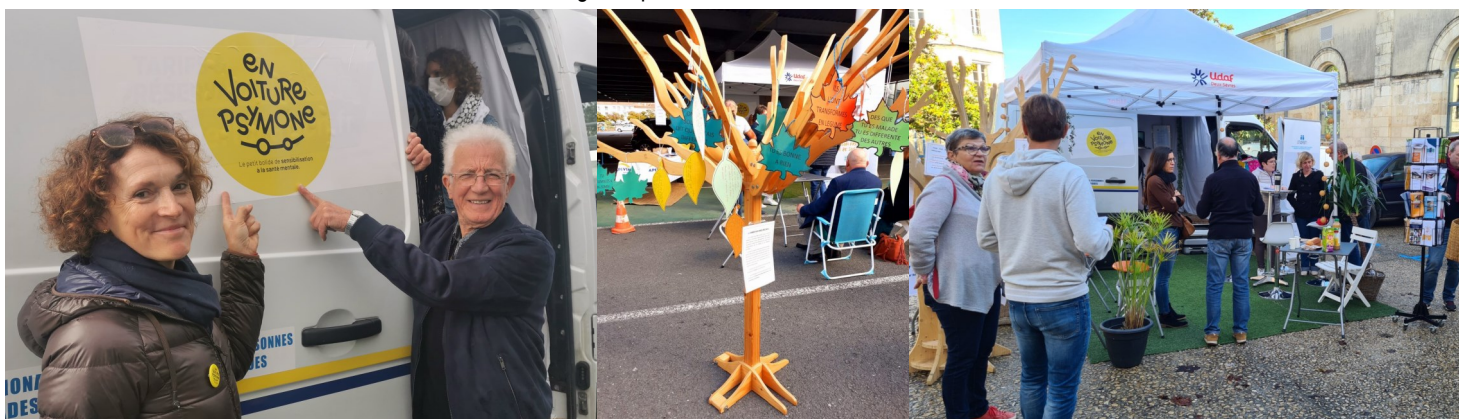
Déconstruire les idées reçues

Le top départ est donné le 10 octobre dernier à Bressuire, en même temps que le lancement des Semaines d'Information sur la Santé Mentale et la Journée mondiale sur la santé mentale. Une inauguration en grandes pompes, en présence de la presse locale, de la représentante de l'ARS 79, d'Emmanuelle Ménard, maire de Bressuire, de Pierre-Yves Marolleau, Président de l'Agglo2B, et d'André Guillermic, Vice-Président de l'Agglo2B en charge de la santé.

Et les premières personnes arrivent, timides, pour découvrir Psymone. Derrière ce logo jaune esquissant un sourire, que se cache-t-il ? Pour accueillir les gens, un arbre aux idées reçues, installé devant le camion et prêté par les membres de GEM, permet de mieux comprendre les ressentis et les principaux préjugés que subissent les personnes souffrant d'une maladie psychique quotidiennement.

Un questionnaire leur est proposé, pour faciliter les échanges et déconstruire les potentielles idées reçues. Ensuite, le public peut aller dans le camion pour découvrir des témoignages vidéos et de la documentation.

« Je suis venu ici sans attente particulière, commence ce visiteur, venu avec sa fille. Par contre, j'ai trouvé un stand très complet, avec un questionnaire qui nous interroge sur nos représentations du handicap psychique et des vidéos très prenantes. C'est très intéressant ».



Nadine Beal et Philippe Brilouet le jour de l'inauguration à Bressuire. L'arbre aux idées reçues sur le parking de l'Hyper U de Parthenay. Sur le marché de Coulonges/ l'Autize .

En voiture Psymone ! (suite)

Un tour des Deux-Sèvres pour « aller vers »

Psymone, c'est 11 jours, 10 villes étape, plus de 360 km parcours, 128 personnes mobilisées (bénévoles de l'Unafam, membres de GEM, professionnels de santé, etc.), pour au final environ 300 questionnaires remplis et autant de personnes touchées sur le territoire.

« Nous sommes très contents du résultat, confirme Nadine, adjointe au Délégué Unafam 79. Les maladies psychiques sont des maladies honteuses qui font peur, pourtant elles ont besoin d'être prises en charge, avec une coordination entre soin et accompagnement. C'est plus que nécessaire pour aller vers le rétablissement et pour ne pas tomber dans la souffrance ou le déni ».

L'équipe fondatrice a réussi pour cette tournée à constituer un collectif où professionnels et bénévoles ont travaillé de concert autour de Psymone, devenu personnage à part entière et ayant même entraîné l'apparition de son propre vocabulaire ! Ainsi les « Psymonement votre », « je vis Psymone, je mange Psymone, je rêve Psymone » ou encore « En voiture Psymone ! » clamé au moment de se prendre en photo, faisaient partie d'un nouveau langage commun.

Sur le terrain, elle a pu compter sur l'aide précieuse des membres des GEM et de

Bernard Humeau, coordinateur des GEM de l'UDAF sur le département. Grand gaillard naturellement désigné coordinateur de l'installation matérielle (et du rangement) de Psymone. Et bien sûr des bénévoles de l'Unafam, tous ceux restés dans l'ombre, qui ont répondu présents, chacun à son niveau : Philippe, Christian, Evelyne, Annick, Nicole, Mano, Dany, André, Bettie, Michel, Agathe, Marie-Chantal, Line, Claire, Patrick, Emmanuelle..... Tous ceux aussi dont les noms ont été oubliés, tous les professionnels qui ont donné de leur temps pour cet événement.

En route pour l'année prochaine !

Pour le dernier jour à Melle, la venue de la députée Delphine Batho et de la Directrice départementale de l'ARS Elvire Aronica, a donné lieu à une table ronde improvisée avec l'Unafam, en présence de Martine Dos Santos, Déléguée Régionale.

« L'Unafam des Deux-Sèvres s'est démarquée cette année, en bousculant les habitudes, en innovant pour éveiller la curiosité et chercher le dialogue avec le public concerné ou simplement intéressé, loin des grandes agglomérations. Je leur redis ma grande satisfaction pour cette initiative si pertinente », souligne Martine Dos Santos.

L'audace et l'enthousiasme finissent toujours par payer : les liens tissés, les rencontres riches et précieuses seront nous l'espérons, de nouveau au rendez-vous pour la Saison 2 d'en Voiture Psymone ! Peut-être que cette fois-ci, le barnum sera plus coopératif...

Christina Chiron

Les partenaires de Psymone

Psymone n'aurait jamais vu le jour sans un ensemble de partenaires, et le soutien financier [d'Apivia Macif](#). Un grand merci à [l'ARS](#), [l'UDAF des Deux-Sèvres](#), [l'Adapei 79](#), [la Communauté d'Agglomération du Bocage Bressuirais](#), [Niort Agglo](#), [au Centre hospitalier de Niort](#), [au Centre Hospitalier Nord Deux-Sèvres](#), [à l'IREPS Nouvelle Aquitaine](#), [aux GEM Espoir et Vie de Bressuire](#), [GEM Au fil de la Mosaïque](#), [GEM Vent de l'Espoir](#), [GEM Echap'à Thouars](#), [GEM Au gré du vent](#), [GEM de Saint-Maixent](#) et à [Radio Pinpon](#).

Retrouvez l'album photos et la vidéo de présentation de Psymone sur la page Facebook [Unafam-Délégations-de-Nouvelle-Aquitaine](#).

Les SISM 2022

Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale en Nouvelle-Aquitaine avec les délégations de l'Unafam cela a été aussi : des ciné-débats organisés en Charente, Charente-Maritime, Dordogne, Gironde, Landes, Lot-et-Garonne, Deux-Sèvres et Vienne. Des animations « bulle » pour rendre visible le handicap invisible dans des galeries commerciales des Pyrénées-Atlantiques mais aussi auprès d'adolescents dans la Creuse. Des actions de sensibilisation auprès de collégiens dans le Lot-et-Garonne, des stands d'informations sur les marchés, des porteurs de paroles dans les quartiers, des conférences, des animations dans des médiathèques. Autant d'espaces et d'occasions de parler de santé mentale, de l'Unafam et du baromètre 2022.

Merci aux délégations départementales de l'Unafam, à leurs bénévoles et à leurs partenaires pour leur mobilisation pendant les SISM et leurs actions à destination du grand public. Rendez-vous pour la prochaine édition en octobre 2023 !



Table ronde improvisée sur le marché de Melle avec (de gauche à droite) : Elvire Aronica, Delphine Batho, Philippe Brilouet, Nadine Beal et Martine Dos Santos.

Conseil Cinéma

La délégation régionale vous conseille le film « Le soleil de trop près » de Brieuc Carnaille avec Clément Roussier, Marine Vachth et Diane Rouxel.

« À sa sortie d'hôpital psychiatrique, Basile se réfugie chez sa sœur Sarah. Elle est sa seule famille et sa plus grande alliée pour se reconstruire. Aussi flamboyant qu'instable, Basile parvient à trouver du travail et rencontre Élodie, une jeune mère célibataire : il se prend à rêver d'une vie « normale » ».



Affiche du film sorti le 28 septembre 2022

« Avec le personnage de Sarah, on est mis face à toutes les difficultés, les inquiétudes que peuvent vivre les proches. On ressent leur épuisement, leur lassitude et leur sentiment d'impuissance, tout en continuant à vouloir aider et soutenir l'être cher... Le film met en lumière avec justesse et intelligence toute la complexité de vivre avec la schizophrénie, que ce soit pour le malade lui-même, pour ses proches et pour son entourage. Comment encourager la personne malade à aller voir son médecin? Comment la soutenir pour qu'elle reste constante dans la prise de son traitement malgré les effets secondaires (tremblements, mouvements des jambes, libido amoindrie, etc.)? Comment lui laisser sa place et son autonomie? Comment faire confiance alors que tout tangué? Les proches se posent mille et une questions, les malades tout autant, mais, au fur et mesure du parcours de rétablissement, certaines

s'éclairent et trouvent des réponses ou des solutions. » (Extraits du dossier pédagogique du film).

Ce qui nous a touché et intéressé dans ce film c'est la justesse du propos et la diversité des thèmes abordés, chers à l'unafam : la place des proches, l'accompagnement, les soins, la stigmatisation, le rétablissement. Autant de sujets porteurs pour un ciné-débat qui ne manquera pas de susciter de riches échanges.

Le Baromètre Unafam 2022 : une stigmatisation encore trop présente

Pour la journée nationale des aidants (06 octobre), l'Unafam a publié son 3^{ème} baromètre des aidants et dénonce la dégradation constante de la prise en charge des personnes vivant avec des troubles psychiques.

Dans un contexte où la psychiatrie est en proie à de grandes difficultés, où le secteur médico-social est sous-dimensionné et la stigmatisation toujours aussi forte : la solitude et le désarroi des familles ne cessent de grandir.

Le baromètre 2022 fait le focus sur quatre points : **une stigmatisation encore trop présente au quotidien, l'errance face aux premiers symptômes, un accompagnement qui fait toujours défaut et la parole aux frères et sœurs** qui ont besoin d'être soutenus.

En complément du baromètre qui dénonce la réalité et pour poursuivre la lutte contre la stigmatisation des troubles psychiques, l'Unafam a lancé la campagne de sensibilisation #ParlonsEnAutrement, parce que les mots blessent et isolent. La campagne s'attaque à l'utilisation dévoyée du terme « schizophrénie » par les médias et les politiques.

1 personne sur 5 sera confrontée aux troubles psychiques dans sa vie et à la stigmatisation!



#ParlonsEnAutrement

Retrouvez les résultats complets du [baromètre 2022](https://www.unafam.org) sur le site de l'Unafam (www.unafam.org) et l'intégralité de la campagne sur la page web pédagogique, parlonsenautrement.unafam.org qui a pour vocation d'éclairer le grand public, les médias et les politiques sur les impacts du dévoiement du mot "schizophrénie".

Formations pour les aidants

« **Journée d'information sur les troubles psychiques** ». Cette journée permet à toute personne nouvellement confrontée à la maladie psychique d'un proche, d'acquiescer les repères essentiels sur les troubles psychiques et l'offre de soins et d'accompagnement près de chez lui. **Le samedi 19 novembre à Libourne (33), le samedi 03 décembre à Bordeaux (33) et Cognac (16).**

« **Atelier d'entraide Prospect** » Permettre aux participants d'identifier, grâce au travail collectif de réflexion et d'élaboration avec les animateurs, des savoir-faire et des stratégies pour une reprise en main de leur propre vie et leur donner la possibilité de construire des projets d'avenir.

Du vendredi 18 au dimanche 20 novembre à La Rochelle (17) et du jeudi 01 au samedi 03 décembre à Biarritz (64).

Participation gratuite mais **inscription obligatoire auprès de la délégation organisatrice :**

Unafam 16 : 06 07 36 42 21

Unafam 17 : 05 46 00 41 54

Unafam 33 : 05 56 81 44 32

Unafam 64 : 05 40 39 59 07

Mail : N° de la délégation@unafam.org

Formations ouvertes aux adhérents et non adhérents de l'Unafam. Réalisées avec le soutien de la [CNSA](https://www.cnsa.fr).

Directrice de la publication : Martine Dos Santos.

Contributeurs : Christina Chiron, Martine Dos Santos, Marie-Pierre Guitard.

Lettre réalisée avec le soutien financier de l'Agence Régionale de Santé Nouvelle-Aquitaine.

