

# La Lettre

Bulletin de L'UNAFAM Paris  
N° 81 - Janvier à Avril 2013



Un autre regard

## Sommaire

## éditorial

<b>DOSSIER</b>	<b>SE RÉALISER AUTREMENT</b>	
« GEM » : L'entraide entre pairs		2
Lettre à mon fils, peintre		3
Lettre à mes parents		4
Propos d'une mère		5
Des « GEM » sur Paris		6
• Artame Gallery		
• Connexion +		
• Club des Peupliers		
• La Maison de la Vague		
• L'Etoile Polaire		
• L'Atelier du Non-Faire		
Point de vue de deux praticiens		10
• Entretien avec le Dr Fain-Donabédian et madame Bénédicte Louvion		
Et les SAVS ?		12
Clermont de l'Oise :	<b>SOINS</b>	
• Le maillage pour de vrai		13
Livre blanc : quelles avancées ?	<b>LOGEMENT</b>	
• Entretien avec Alain Bonifay		14
L'aide à domicile		15
• Entretien avec madame Felli		
Et si c'était autre chose ?	<b>DÉPISTAGE</b>	
• Entretien avec Le Dr Caroline Demily		16
Nouvelles du projet « prévention »		17
Congrès Profamille 2012	<b>INTERNATIONAL</b>	18
A l'assaut du monde !	<b>VU, LU, ENTENDU</b>	
Sauve-toi, La vie t'appelle		20
Un héros		
Les missions du contrôleur général	<b>INFOS PRATIQUES</b>	22
Maux croisés		24

« Se réaliser autrement » ! Vous, qui connaissez bien le faible taux de professionnalisation de la population affectée par les troubles psychiques, l'aurez bien compris... Cela sous-entend « se réaliser autrement » que dans et/ou par le travail rémunéré traditionnel...

Car la contrainte d'une vie différente n'implique pas forcément de devoir renoncer à ce qui fait le charme de l'existence : les contacts, les challenges, les réussites ! D'où l'idée de ce dossier centré sur des activités non lucratives, et particulièrement les « GEM » qui, comme l'explique Nadège Pelletier en page 2, ont été créés pour faciliter le développement de liens sociaux réguliers entre pairs.

Les témoignages que nous avons pu recueillir à l'occasion de ce dossier sont d'autant plus encourageants qu'ils ne concernent pas cette fois-ci une minorité mais bien la moyenne de ceux qui ont simplement osé franchir le pas. Et cela, on adore car, ainsi, nous avons ainsi la bonne conscience de pouvoir vraiment véhiculer quelque chose d'utile, de concret, d'applicable, et non de citer des exceptions tout juste bonnes à faire rêver !

Citons par exemple le témoignage de Salvio, page 5 : « Je serai aux fourneaux, je serai inventif. Je serai trop occupé - bien occupé - pour que la maladie ne s'infilte à nouveau ». Vous verrez qu'il manifeste un choix de vie, suite à une longue période d'activité rémunérée mais dépourvue de sens : voilà bien la preuve qu'il y a un moyen de « se réaliser autrement ».

Avouons le donc : ce dossier a été réalisé avec beaucoup de facilité, de plaisir et une sérénité très joliment exprimée par Catherine Bourgois en page 3 dans sa « lettre à mon fils, peintre ». Des activités, nous en avons trouvé une quantité : peinture, cuisine, pâtisserie, photo, dessin, chant, écriture... Vous en trouverez un florilège dans les pages 6 à 9 où nous avons tenté de vous rapporter un peu de ce que nous avons pu découvrir dans Paris intra-muros !

Pour aller plus loin et creuser les synergies possibles avec les soins, nous avons également souhaité revisiter sous cet angle le 29<sup>ième</sup> secteur de Paris qui nous avait frappés par l'importance de son réseau d'activités thérapeutiques tournées vers l'extérieur. Vous découvrirez pages 10 et 11 comment les activités des GEM (au sens large) s'intègrent dans une politique sectorielle de soins.

Alors, chers parents, si vous sentez votre proche un peu seul ou désœuvré, n'hésitez pas, incitez le à oser pousser la porte d'un GEM : vous ne le regretterez pas !

Luc Vave

Le socle du GEM :

# L'entraide entre pairs

L'objectif des GEM (Groupes d'Entraide Mutuelle) est de permettre aux personnes en souffrance psychique de sortir de l'isolement en développant des liens sociaux réguliers entre pairs.

Ce dispositif a vu le jour avec la loi du 11 février 2005. Il a été conçu pour permettre aux personnes handicapées psychiques de s'investir activement dans la définition et l'organisation d'un projet d'entraide.

À la différence des hôpitaux de jour, les activités dans les GEM sont portées par les participants qui en fixent les modalités et les thèmes : échanges entre pairs, peinture, informatique, théâtre, sorties culturelles, voyages...

L'entraide entre pairs constitue le socle des GEM. Les animateurs sont des ressources et des facilitateurs. Un GEM est obligatoirement parrainé par une association gestionnaire. Il doit progressivement parvenir à son autonomie y compris dans la gestion.

Chaque GEM dispose d'une enveloppe budgétaire et d'un local où se déroulent les activités. Pour favoriser le bon déroulement et la continuité des activités de la structure, des animateurs salariés accompagnent les adhérents dans l'organisation et la mise en place des activités. Il est important de noter que si ces animateurs peuvent inclure des psychologues, ils n'interviennent pas en tant que tels.

La Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie (CNSA) assure la gestion nationale des groupes d'entraide mutuelle. Dans son bilan d'octobre 2012, la CNSA dénombre 333 GEM avec 7 GEM supplémentaires qui ont été créés récemment.

Ce bilan confirme l'intérêt du dispositif avec une fréquentation des GEM en augmentation (+13 % entre 2009 et 2011). En moyenne un GEM accueille soixante-huit usagers, soit plus de 22 600 personnes en 2011. Les adhérents des GEM s'investissent par leur participation plusieurs fois par semaine aux activités de soutien proposées, mais aussi pendant le week-end (plus d'un tiers des GEM sont ouverts le dimanche et neuf sur dix le sont ponctuellement le week-end).

« L'objectif de réinsertion sociale des personnes vulnérables repose aussi sur les partenariats conclus entre le GEM et la cité, pour la recherche de formation ou d'emploi par exemple. Ces partenariats sont de plus en plus nombreux, traduisant le renforcement de l'inscription des GEM dans leur environnement » note la CNSA.

*Nadège Pelletier*



## Témoignage d'un membre de GEM sur son GEM

J'ai découvert le GEM « Alliance Paris » il y a de cela quelques années grâce à quelques amis que j'ai eu la chance de rencontrer à l'hôpital de jour. Je suis, depuis ce jour, un habitué de l'association dans laquelle j'ai successivement occupé les postes de vice-président, président, et, aujourd'hui, de secrétaire.

Si tout n'est pas parfait, il m'est impossible de nier le retentissement plus que positif que le GEM a eu sur mon état de santé et, de façon plus large, sur la (re) construction de ma personne: après des années de troubles psychiques quasiment incessants, je n'ai depuis -même si certains moments ont été difficiles-, pas replongé dans de puissants délires et évité, je pense, de nombreuses hospitalisations.

Certes, d'autres structures existent et je dois beaucoup également à l'hôpital de jour. Néanmoins, je pense qu'un GEM marque une étape supplémentaire dans le long cheminement vers l'autonomie, le GEM nécessitant de la part de ses membres une implication plus grande, une volonté réelle de prendre en main et de façonner collectivement des projets et de les mener à bien.

D'autre part, il existe des GEM sur tout le territoire et une véritable communauté est en ce moment même en train de se constituer: les rencontres et les échanges se multiplient et il est de plus en plus courant que des vacanciers, ou des personnes déménageant, trouvent leurs marques dans un autre GEM.

Je ne peux donc que conseiller aux personnes volontaires de venir nous rejoindre, que ce soit dans notre GEM ou dans un autre, afin de pouvoir s'enrichir mutuellement de la valeur de chacun."

*Nicolas Archirel*

GEM Alliance Paris  
3, rue Serge Prokofiev, 75016 Paris  
06 4050 9541  
b.gacet@vivre-asso.com

Un sens à la vie

# Lettre à mon fils, peintre

Tu fus un enfant heureux,  
le crayon à la main.

Et un étudiant aux Beaux-arts,  
bien dans son élément.

La maladie pourtant,  
sournoise, tissait sa toile.

Deux fois, alors, tu étais allé  
au carnaval de Venise,  
tu avais été ébloui, par les  
masques entre autres.

Déjà, tu étais à ta recherche.  
On naît. On est. Mais qui sommes-nous  
avant d'exister, avant

qu'advienne celui que l'on porte en nous ?  
La gestation est lente, laborieuse.

Un jour (délire ?), tu as recouvert le mur  
de ton studio d'une immense fresque,  
pleine de personnages. Il a fallu  
malheureusement repeindre : tu n'étais  
pas chez toi... Etonnés par l'artiste,  
nous occultions le trouble.

Il y eut l'échec, la crise, les hospitalisations  
à répétition. Mais toujours l'artiste  
vivait en toi.

Il y eut ce médecin attentif, à l'hôpital :  
« Apportez-lui de quoi peindre, les  
ressources du service n'y suffisent plus ! »

Il y eut la rencontre de tes œuvres avec  
Artame Gallery qui en exposa certaines.  
Je me rappelle ce directeur d'hôpital  
qui en acquit une pour lui-même,  
une peinture lumineuse.

Ta peinture est forte, elle parle d'elle-même.

Il y eut cette expo à Paris, organisée par  
Artame, où t'amena ton médecin. C'était  
ta première rencontre avec la galerie.  
Emotion intense : tu recules au moment  
de passer la porte, ton médecin insiste,  
et te voici face à ta réalité d'artiste,  
parmi tes pairs. Une nouvelle étape  
commence.

Le soutien d'Artame Gallery te sera sans  
faille, solide balise dans tes tempêtes.

Que de témoignages de ceux qui te  
soutiennent ! « Une œuvre « travaillée  
au corps » avec volupté et confiance »,  
comme la qualifie le commentaire du  
catalogue de l'expo 2009 organisée par  
Artame à Rio de Janeiro.

Commence alors, avec les photos de toi  
et de tes œuvres, une nouvelle existence  
auprès des proches. Tu avais disparu  
derrière des murs épais, murs des lieux  
mais surtout murs de l'incompréhension,  
des peurs, des ignorances.

Chaque photo va parler de toi, tu es  
l'artiste de la famille, destin qui  
inquiétait, pas rassurant dans un monde  
conformiste et peureux, mais destin qui  
est devenu le tien



envers et contre tout, et que tu  
affirmeras car c'est ta vérité. Ces  
photos vont révolutionner nos  
rapports familiaux.

La photo est le support qui va te  
faire revenir parmi nous.

Tu n'es plus celui qui a disparu  
derrière les murs de l'hôpital.

Tu as reçu un brevet d'existence :  
désormais tu es peintre. Peintre à la  
vie difficile certes.

Mais à la peinture chaleureuse avec  
tes femmes abondantes, à la peinture  
énigmatique avec tes visages en  
miroir. Avec tant et tant de  
personnages.

Que nous dis-tu que je ne comprends  
pas forcément, mais qui en touchent  
d'autres, tes compagnons d'exil par  
exemple, qui me le disent parce qu'ils  
s'y retrouvent.

Cette exigence nécessaire, qui transpire,  
qui s'exprime avec évidence, (toi aussi  
tu peins alors sur n'importe quel  
support), je la retrouverai dans l'Art  
brut.

Partout où tu es, tu peins. Et chaque  
fois, quelqu'un t'y encourage. Tu ne  
seras jamais seul avec tes démons : tu  
es un peintre, avec ce moyen-là d'écrire  
ta vie, ta rage, ton désir.

Les autres étiquettes peuvent se  
succéder : celle-là te prolongera,  
t'expliquera peut-être.

Alors peut-être aussi, d'autres que  
nous trouveront des clefs ?

La maladie fait changer de place.

Or, occuper « sa » place, la « bonne »  
place, est une nécessité constante pour  
chacun, maladie ou pas. Toute l'histoire  
des hommes, tous les mythes le racontent.

Si on l'a perdue, on peut la retrouver.  
Ou en trouver une autre.

Et s'inscrire à nouveau, là où l'on est  
revenu.

*Catherine Bourgois*

Un sens à la vie

# Lettre à mes parents



Chers parents,

Ce dernier licenciement sera le dernier. Je ne chercherai plus de travail. Ceci après mûre réflexion, puisque je suis devenu un homme mûr, mûri par cette vie où a dominé la souffrance et dont je ne veux plus. Vous pensiez que travailler, c'est-à-dire gagner sa vie, donne une reconnaissance. Oui, c'est une reconnaissance. Mais la reconnaissance d'un travailleur handicapé, bon à ne faire que des travaux subalternes. Subalterne, c'est ainsi que je me suis vécu toutes ces années. Subalterne et humilié. Que j'aie un travail est une solution très efficace, pensiez-vous, pour une stabilisation de la maladie. C'est moi qui dois être stable, et non pas ma maladie. Ignorer ses effets. Que les médicaments la fassent taire. Qu'ils m'apportent la paix. Ruser. Ne plus l'écouter, ne serait-ce pas cela l'accepter ? Se relever. Accepter son handicap comme une sensibilité particulière. Métaboliser la maladie. Comme l'on fait d'une nourriture en rejetant les déchets. Ne plus tenter de combattre en se trompant d'arme. Ne plus perdre sa volonté à dompter la faiblesse. La maladie m'a fait tourner à vide.

Je me suis senti coupable, meurtri devrais-je dire, de vivre à vos crochets, de vivre aux crochets de la société. Aujourd'hui je vais profiter d'elle parce que j'ai un projet. Elle va maintenant m'aider, après m'avoir si longtemps enfoncé.

Car il me faut vous décrire de l'intérieur l'enfer que j'ai vécu et dont vous avez essayé maintes fois de me sortir. J'ai votre amour, il me manque votre confiance. Comment faire confiance à un être qui va de crise en crise ? Redouter la prochaine crise était un lot quotidien. La chance ne fut pas au rendez-vous, vous aviez tiré le mauvais numéro. C'était injuste. Comme le hasard. On attendait ensemble la prochaine crise, la provoquant sans le vouloir. Parfois, elle se faisait attendre longtemps, parfois elle survenait en cascade. Alors, quelle place pour la vie tout court ?

Il fut un temps où avoir un travail, il est vrai, me fut bénéfique. Être caissier au Monoprix, coller des enveloppes plusieurs heures durant, j'en rêvais. On m'imposait une vie régulière, j'y trouvais du bien-être, on me prouvait que j'avais un rôle à jouer dans la société autre que celui d'être malade. Je trouvais une justification à vivre avec ces « petits boulots » qui font vivre tant de gens. Avoir l'esprit tranquille en sortant, satisfait d'avoir canalisé la maladie pendant ce temps-là, l'avoir mise au repos. Mais aussi, fatigué j'allais

sans but. Indisponible à quelques heures de liberté. Le parcours était jonché d'obstacles infranchissables. Vous le savez, j'ai exercé ensuite plusieurs métiers. Il y avait le stress procuré par des pensées récurrentes dont celle de se dire « je ne suis pas à la hauteur », celle du rythme que l'on m'imposait, celle des performances qu'il fallait toujours dépasser, celle de la pression exercée sur toute personne au travail, celle que je me donnais surtout. Être le meilleur, quelle erreur !. Et je ne me rendais compte de rien. Meilleur par rapport à qui ? Par rapport à soi ? Mais qui était soi, laminé par une pression trop forte, des objectifs trop hauts, je flanchais... je doutais alors totalement de mes capacités et retournais coller des enveloppes, toujours humilié, toujours effondré par le cycle infernal dans lequel j'étais entré. Maladie, indemnités, salaire, maladie, convalescence.. Le travail devenait, à mon corps, à mon âme en quelque sorte, un bouillon de culture pour la maladie. Je n'en avais aucune conscience. Ces difficultés ne m'appartenaient pas. Elles faisaient intrusion en moi, car je me prenais pour les autres, disparaissant derrière eux.

Ils faisaient preuve de compréhension pourtant. Mais s'agit-il de comprendre ? Peut-on comprendre le vent qui se met à souffler, et se transforme en tornade, avant de s'éteindre. Que faire contre la force d'un vent malin ? Se bâtir une maison de briques, comme le plus sage des petits cochons. Travailler, c'est-à-dire se bâtir une maison, « travailler sur soi » c'est-à-dire peindre la maison, la rendre coquette. Une maison-refuge pour soi, accueillante pour les autres. Voilà ce que nous devrions garder en tête quand les forces nous lâchent. Voilà ce que je vais bâtir.

L'âge aidant, les médicaments faisant leur travail, mon attitude envers la maladie évoluant, elle s'affaiblissant aussi, moi trouvant de nouvelles forces, une certaine régularité s'était installée. C'est alors que j'ai pris le studio rue de Tourny. C'est alors que vous avez pu souffler.

Mettre la maladie en sourdine, être plus stable, n'est-ce pas le rêve de tout parent dont l'enfant a un passé psychiatrique ?

Apprendre, imaginer, produire : élaborer, créer, fabriquer, construire ... Mais non plus simplement reproduire. N'est ce pas le miel de la vie ?

Quand on est allé d'intermittence en intermittence, n'est-il pas sage de faire autre chose, d'aller au-delà de ce que nous sommes, de l'avant, ne pas s'arrêter de travailler, jamais, mais travailler autrement. Exprimer d'une voix clarifiée un projet de vie. Produire quelque chose de ses mains, de son habileté, de son imagination, de ses pensées.. Avoir un projet, une clef qui ouvre les portes du

travail. Que serait un peintre, un maçon, un écrivain, un musicien, une brodeuse... sans travailler ? Se remettre à l'ouvrage jour après jour. Plus l'artiste a travaillé, plus il travaille encore, plus il est grand. Plus il se perfectionne. Même pendant les grands vides à traverser.

J'ai toujours aimé, et j'aime toujours cuisiner, vous le savez. J'ai rencontré Maxime, il y a deux ans. Je ne vous l'avais pas encore dit. Il m'a tout appris de la cuisine. Aujourd'hui, je monte avec lui un petit restaurant. Je vous vois lever les yeux au ciel, paniquer déjà à l'idée que je pourrais me lancer dans une aventure si risquée. Mais je n'ai plus rien à perdre. Je vais enfin vivre de ce que j'aime faire. Avoir un travail à moi pour ne plus alimenter la maladie. Créer un terrain où elle ne va plus s'épanouir, mais se dessécher. Et s'il me faut à nouveau traverser le désert, je le traverserai. J'ai de l'eau maintenant.

Je serai aux fourneaux, je serai inventif. Je serai trop occupé - bien occupé - pour que la maladie ne s'infilte à nouveau. Je ne cherche plus à être le meilleur. Je ne cherche plus à être le plus nul. Je ferai la cuisine comme un partage. Après toutes ces années de lutte incessante, je vais découvrir ce qu'est se faire plaisir, faire plaisir. Je vais avoir de l'importance, pas seulement parce que je suis malade.

Je vous entends me dire que la restauration est l'un des métiers les plus stressants, les plus contraignants au niveau des horaires. Nous verrons le temps que cela durera. Ce seront des années gagnées sur des années perdues. Dans la balance, lesquelles compteront le plus ?

Je ne suis pas seul. Il y a Maxime. Il connaît mes difficultés. Je vais faire un bout de route avec lui. Je risque simplement de découvrir des choses si belles que l'émotion me submergera. Je choisis l'émotion contre l'ennui. Je choisis de choisir plutôt que de subir. Je choisis, enfin je choisis. Pourquoi Maxime me ferait-il crédit s'il ne me reconnaissait pas quelque talent ?

Faites-moi confiance !

Je passerai vous voir jeudi. Le restaurant ouvre ses portes dans une quinzaine de jours. Il y aura un grand dîner. Vous êtes cordialement invités. Nous appelons le restaurant « Entrez ! »

Je vous embrasse tendrement,

Votre fils



Propos d'une mère qui, d'un air heureux, voit son enfant se rétablir

## Choisir sa vie, c'est sortir de la maladie

Igor a 37 ans. Il vit à sa guise. En pleine nature depuis six mois. En ne travaillant pas, mais en écrivant, chose qu'il n'a jamais cessé de faire. Il aime les livres, et depuis qu'il a choisi de ne plus gagner sa vie, avec des boulots qui le menaient à bout, il peut lire tout son saoul. Sa femme écrit, elle aussi et publie, ils rédigent ensemble des notes de lecture, des appréciations, des critiques destinées à un site internet. Il a trouvé l'âme soeur. Une femme maternelle plutôt qui l'aide beaucoup à assumer cette vie sans travailler. Ne pas « aller au boulot » mais produire, écrire, composer à la guitare et au piano. Les jours passent heureux pour Igor, dans sa retraite au milieu de ses chats.

Au bout de tant d'années de galère, il a compris que le travail n'était pas fait pour lui.

Pourtant, il avait toujours voulu travailler. Dès l'âge de vingt ans où il est tombé malade. Etudes de cinéma, différentes entreprises dont on le licencie à cause de ses intermittences. Formation dans le monde du spectacle sur la lumière qui le mènera dans les ténèbres. Le manque de sommeil, les alternances d'états maniaques où il se sent le roi « là haut », des états d'abrutissement qui lui font dire à sa mère devant une photo de lui souriant « Comment j'ai pu sourire un jour ? », ont eu raison de lui. Pas tout à fait pourtant. Il lui fallait encore du temps pour s'extirper de cette vie du travail qui n'était pas faite pour lui.

Ce fut son métier de facteur à la Poste où il se sentit extrêmement dégradé, extrêmement fatigué par les horaires, les trajets, qui lui fit ouvrir les yeux. Après une période « out » où ses yeux restèrent fermés sur sa douleur de vivre.

Il s'était trompé. Exerçant toute sa volonté à gagner sa vie, comme une justification à vivre, il se maintenait dans la maladie, et ratait ce pour quoi il était né.

Petit à petit, il réalisa que sa vie allait s'épanouir, mais en dehors du travail. Et ne s'en sentit plus culpabilisé.

Aujourd'hui il est apaisé. Il a accepté que les médicaments soient toujours nécessaires pour alimenter sa vie. Qui désormais lui appartient.

Propos recueillis par Brigitte Hautefeuille

# Des « GEM » que nous sommes allés voir sur Paris



## Artame Gallery

01 40 33 42 51

37 rue Ramponeau Paris 75020 (métro Belleville)

[www.artamegallery.com](http://www.artamegallery.com)

Artame, nom venu du rapprochement entre Art et Âme, rayonne de son âme d'artiste. Il s'agit d'un projet solidaire ancré dans le quartier de Belleville. L'association est devenue GEM après la loi de 2005. Elle est organisée dans un esprit auto gestionnaire, auquel peuvent prendre part les adhérents.

Ce lieu à l'atmosphère calme et limpide, avec vitrine sur rue, expositions collectives ou personnelles, est le reflet de l'activité productive du GEM. Il regroupe une soixantaine de peintres, sculpteurs, dessinateurs, créateurs numériques... venus pour rompre leur isolement et poursuivre leur travail artistique malgré leurs difficultés psychiques. Artame leur



offre également la possibilité de s'insérer dans un réseau. Grâce à ce réseau de partenaires artistiques, le GEM participe et/ou organise des événements en France et à l'étranger. C'est dire la grandeur d'âme d'Artame Gallery.

## GEM « Connexion + »

Tel : 01 42 33 40 57

9, rue Saint Germain l'Auxerrois 75001 Paris

[www.gem-connxion-plus.org](http://www.gem-connxion-plus.org)

Ce GEM est situé au cœur de Paris dans la rue Saint-Germain l'Auxerrois, avec une vitrine sur la rue. Il suffit de



pousser la porte et une chaleur humaine monte en vous. Que vous ne fassiez que passer, ou que vous veniez participer aux ateliers, vous êtes le bienvenu. Il y a l'animateur venu de la psychologie, il y a l'atelier Aquarelle où des quasi-débutants ont trouvé un mode d'expression qui leur va, canalisé par l'animatrice, professionnelle en peinture. Il y a l'atelier informatique animé par un adhérent du GEM où l'on peut suivre des cours « à la carte » c'est-à-dire adaptés au niveau de chacun. Il y a l'atelier d'écriture animé par une professionnelle de la traduction et de l'édition, qui consiste à faire jouer les mots avec quelques règles et selon une palette des formes de l'écrit (traduction, transposition d'un texte vers le théâtre, la poésie, la B. D., un site internet créé il y a quelques mois...) Il y a l'atelier théâtre, animé par un ancien élève du cours Florent, qu'accompagnent sept adhérents à raison d'une fois tous les quinze jours, dans l'élaboration de mises en scène



toujours plus recherchées. Il y a la bouquinerie, les vernissages d'exposition... Enfin, il y a une panoplie d'ateliers à créer, par des professionnels mais aussi par des adhérents. Ainsi, ce GEM a-t-il une longue vie devant lui.

## Club des Peupliers

22 rue de la Glacière 75013

Tel : 01 4331 4951

Www.clubdespeupliers@free.fr

Ouvert les

- lundi de 13h à 17h
- mercredi de 17h à 19h
- vendredi de 15h à 19h
- Samedi de 14h à 18h ou de 12h à 16h.

Ce GEM est dirigé par Pierre Prungnaud (psychologue clinicien, psychanalyste)

Activités : Ateliers animés par des membres ou des professionnels selon les cas.

Chant, journal, dessin/peinture, pâtisserie, cuisine, gravure, écriture, tricot, échecs, video, yoga. Jeux. Sorties (cinéma, musées, piscine) et rencontres.



## G E M « La Maison de la Vague »

32 rue des Couronnes (20<sup>ème</sup>)

Tel : 01 44 85 01 77

Près du parc de Belleville, le GEM « La Maison de la Vague » est largement ouvert sur le quartier avec de beaux locaux de 100 m<sup>2</sup>, très décorés par les 80 adhérents qui le fréquentent, venus de tout Paris.

Comment ont-ils découvert ce GEM ? Souvent par le bouche à oreille, au hasard des rencontres, en hôpital, au CMP ou dans d'autres GEM ; Internet est une ressource utile et le blog de « La Maison de la Vague » est séduisant. L'ouverture le dimanche et la cotisation modeste (15 euros par an) sont des atouts remarquables.

Le nouveau venu est accueilli chaleureusement par les anciens et les animateurs. Il visite les lieux, la bouquinerie ouverte au public et tenue par des « Gemmeurs » bénévoles, au sous-sol un salon informatique où il peut consulter Internet et ses mails sur plusieurs ordinateurs et une autre salle avec du matériel vidéo et des jeux. Pour celui qui désire s'isoler, des fauteuils sont disposés un peu partout.



Mais le cœur du GEM est la grande table autour de laquelle a lieu la réunion du mercredi. Tous se retrouvent pour faire sur un tableau le planning de la semaine, l'« agenda des Gemmeurs ». Chacun « donne ses envies » et propose des sorties : cinéma, théâtre, expos, balades, exposés... C'est l'autogestion dans la liberté, ce qu'apprécient les membres du GEM, issus souvent de parcours difficiles où les activités leur étaient imposées. Selon les talents, certains animent des ateliers : peinture, musique, atelier d'écriture et journal. En projet : un clip vidéo. Un petit coin cuisine permet de fêter les anniversaires et le Nouvel An dans la bonne humeur. Tous ces contacts enrichissent la vie de chacun.

Et les plus beaux souvenirs, c'est chaque année en avril, la participation au Festival international de cerfs-volants à Berck. Le groupe fabrique de superbes cerfs-volants testés au bois de Vincennes avant de les confier aux vents marins. Le cerf-volant, le symbole de la liberté...



## G E M « l'Etoile Polaire »

1 rue de la Durance (12ème)

Tel : 01 4628 0406

Grâce à l'amabilité de Marie-Jo, qui anime l'atelier d'espagnol, j'ai pu visiter le GEM « l'étoile polaire », ses 4 salles de réunion, conversation, informatique, bibliothèque et son coin-cuisine. Il est ouvert tous les après-midis de la semaine aux 80 adhérents pour une cotisation de 30 euros par an.

Beaucoup d'activités culturelles proposées par les adhérents eux-mêmes : des ateliers de langues (anglais, espagnol et... chinois), du scrabble, de la peinture, du dessin. Un rendez-vous hebdomadaire original : la « culture du cœur » qui recherche des sorties, des spectacles gratuits. Le groupe se retrouve aussi pour des excursions en train vers des forêts voisines. Le repas convivial du jeudi tisse des liens d'amitié qui se perpétuent à l'extérieur du GEM.

Important : le GEM « l'étoile polaire » déménage fin janvier 2013. Nouvelle adresse : 119 rue des Pyrénées (20ème) M° Maraîchers.

## L'Atelier du Non-Faire

91 bis rue Truffaut 75017 Paris - M° Brochant

Tél. : 01 58 60 27 46.

<http://www.atelierdunonfaire.org>

L'Atelier du Non-Faire a été créé au sein de l'hôpital Maison Blanche en 1983 sur l'initiative de Christian Sabas, peintre et musicien, infirmier psychiatrique dans le service du Dr. Pariente (actuellement 6ème secteur de psychiatrie générale de Paris).

Une urgence s'imposait : briser le quotidien asilaire, le rendre plus humain et transcender ainsi l'instant dans chaque tentative, chaque acte, chaque vécu, chaque existence : ce sentiment d'urgence s'impose à Christian Sabas, très sensibilisé au problème des rapports entre les soignants et le patient, tenu à distance, infantilisé et quasiment considéré comme objet. Avec la blouse blanche il refuse les pratiques routinières et commence à établir des relations avec les personnes hospitalisées, par des moyens ordinaires, comme une partie de ping-pong, une promenade, une simple conversation. Il passe tout son temps avec ces personnes enfermées, dépouillées de leurs habits et de leurs effets personnels, marginalisées, stigmatisées, privées de leurs droits de citoyen. Christian amène parfois sa guitare, parfois du matériel de dessin... le conflit éclate le jour où il invite des musiciens à venir jouer avec les patients!

L'Atelier naît d'un arrangement, un aménagement que le Dr Pariente trouve pour garder son infirmier « hors norme » tout en protégeant un fonctionnement institutionnel immuable.

Un lieu d'asile à l'intérieur de l'asile est trouvé dans un pavillon désaffecté, le 53.

A partir de là, les patients se mettent à l'œuvre, avec des matériaux de récupération, tout est bon pour devenir support de création : papier, cartons, draps...

Toutes les salles de cette immense bâtisse seront occupées au fur et à mesure sous la poussée constructive, la production massive, l'immense potentialité, la volonté que ces femmes et ces hommes ont toujours montrées, délivrées par leur créativité autour et dans l'œuvre dite « d'art ».

En 1985 le Dr Gellman remplace le Dr Pariente, parti à la retraite. L'association de secteur « L'échange », présidée par le Dr Namias finance l'Atelier. La presse commence à s'intéresser à ce lieu.

L'espace de concrétisation/transformation/travail est de 1000 mètres carrés environ. Il ne s'agit pas d'un atelier





d'ergothérapie ni d'art-thérapie, ni d'expression psychopathologique (lieux où l'homme est réduit à pondre un art qui sera décortiqué pour/par la science), mais plutôt un espace où toutes tentatives, réalisations, se joueront, se vivront en possibilité de devenir. Il n'y aura pas de prescription médicale, tout au plus une envie, de se défouler, de se libérer, de sublimer que porte en soi tout un chacun.

Les patients découvrent au hasard d'une promenade ou par le bouche à oreille cet ancien bâtiment d'hospitalisation transformé en un gigantesque espace d'expression où ils peuvent, au gré de leur humeur, jouer d'un instrument, manipuler un pinceau, écrire, approcher l'informatique... ou même « ne rien faire » du tout.

A partir de 1998 - 1999, un rendez-vous annuel est organisé en partenariat avec la fondation Christiane Peugeot qui accueille dans ses locaux une exposition des peintures réalisées à l'Atelier du Non-Faire pour une période de 15 jours, au sein de laquelle trois journées de conférences, débats, performances artistiques se déroulent avec la participation de patients, professionnels de la santé, artistes, philosophes, écrivains, journalistes, représentants d'associations, tous citoyens : moment essentiel de rencontres et d'échanges entre langage et compétences diverses à la recherche de solutions nouvelles de prise en charge et de soins pour sortir des aquariums autoréférentiels, producteurs de stigmatisation et de marginalisation des patients psychiatriques. Cet «Expo-Symposium» se prépare actuellement pour sa 9ème édition.

Le premier janvier 2000 l'Atelier du Non-Faire est détaché du 6ème secteur. Le travail plurisectoriel et multidimensionnel qu'il a toujours mené garantit une alternative portant une considération évidente à l'homme en situation de mal-être.

Sous la direction de M. Patrick Mordelet, l'EPS Maison Blanche institue un comité de pilotage constitué du directeur lui-même, d'un représentant médical, d'un représentant des usagers, d'un représentant des familles, censé présider administrativement l'Atelier qui ne cesse d'œuvrer aussi sur l'extra hospitalier, poursuivant ses projets avec le soin, sur la prévention et menant des actions de promotion des ressources personnelles et artistiques de personnes psychiatisées afin qu'elles puissent se retrouver, améliorer leur qualité de vie et aboutir ainsi à une réintégration.

Simonetta Di Girolamo, psychologue, intègre à cette époque l'Atelier du Non-Faire qui, entre 2000 et 2004 vit sa plus grande expansion. Naissent les projets K-fé, rencontres hebdomadaires informelles dans des lieux



publics en ville : d'abord l'Olympic café, après l'Atelier Z, ensuite le café Montmartre, enfin l'Olympic café est remplacé par le Lavoir Moderne Parisien.

En 2001 l'association « L'Atelier du Non-Faire » voit le jour permettant un fonctionnement plus souple, œuvrant en synergie avec le service hospitalier.

Le Groupe de musique Démence Précoce, issu des improvisations quotidiennes dans l'Atelier, se constitue, commence à répéter dans un studio et à se produire en concert jusqu'à enregistrer son premier album, édité en début 2006 par un producteur indépendant, Vincent Deforges.

En Partenariat avec l'association Angeliribelli en Italie et d'autres partenaires étrangers, des manifestations (concerts, expositions, performances artistiques, conférences) sont organisées dans différents pays.

En 2003 L'Atelier du Non-Faire fête ses 20 ans d'activité par une importante manifestation (conférence-débat, exposition, concert) à l'Hôtel de Ville de Paris.

En 2005, l'EPS Maison Blanche, sous la direction de Mme Nicole Pruniaux, annonce que les caractéristiques de fonctionnement de l'Atelier du Non-Faire ne correspondent pas à celles d'un service sanitaire. Dans un projet de déménagement du site hospitalier sur Paris, on décide du détachement définitif de l'Atelier. Les usagers, les familles, les citoyens se mobilisent avec l'aide de la presse. Le Dr Linda Salvaresi (chef de service du 24ème secteur) se propose d'accompagner l'Atelier du Non-Faire, sous sa responsabilité, dans une transition vers l'autonomie.

Avec l'aide de l' UNAFAM, de la Fédération d'aide à la santé mentale Croix Marine et de la Fnap-psy, les usagers se réunissent en novembre 2005 pour fonder le GEM (Groupe d'Entraide Mutuelle) « Les Amis de l'Atelier du Non-Faire » prenant sur eux la responsabilité et la mission de continuer ce travail commencé il y a 23 ans, avec l'espoir d'une certaine reconnaissance de légitimité, malgré l'insécurité budgétaire que ce choix implique.

# Point de vue de deux praticiens

*Nous avons, en 2009, dans le N° 70 de La Lettre, parlé longuement de la Métairie, centre de postcure, et de l'exceptionnelle efficacité du réseau mis en place. Au moment où nous préparons le dossier « Se réaliser autrement », nous devons y voir de plus près tant le secteur concerné cherche depuis plus de 20 ans à intégrer les patients dans le tissu social.*

*Aussi sommes-nous allés voir le docteur Edith Fain-Donabédian, médecin-chef du 29ème secteur qui a eu l'amabilité de nous recevoir, à l'Hôpital Maison-Blanche, avec madame Bénédicte Louvion, cadre supérieur de santé.*

**La Lettre : Au moment où nous abordons les différentes façons de travailler, « de se réaliser autrement » nous avons pensé à votre secteur.**

Docteur E. Fain-Donabédian et Madame B. Louvion : effectivement, nous sommes beaucoup là-dedans. Lors de leur hospitalisation, nous externalisons les activités au maximum. Ainsi, un ergothérapeute fait de la médiation avec le partenariat environnant.

**L L : Pourriez-vous nous citer quelques unes des activités proposées ?**

Dr E. F-D & B. L : Tout d'abord, une activité assez rare à Paris, Le « Jardin du Béton », chapeauté par l'association Lafayette. Ce jardin est sur le toit d'un stade, situé aux 89-91, rue des Haies, dans le XXIème arrondissement. Il y a plusieurs parcelles à cultiver, dont une parcelle dédiée aux patients de l'hôpital, qui sont accompagnés par des soignants et des jardiniers. 4/5 participants.

Le groupe « SOS Habitat et Soins », a un foyer de vie, rue des Haies, avec qui nous avons un partenariat. Une activité cuisine a lieu une fois par semaine, tous les jeudis, pour les patients hospitalisés : courses et repas. 3 participants

**L L : Il y a d'autres activités ?**

Dr E. F-D & B. L : Pour ne pas en oublier, nous allons les prendre dans l'ordre chronologique.

- Le lundi : outre l'activité jardin, déjà citée, nous avons deux groupes :

L'atelier écriture animé par des psychologues. 8 participants dont un non hospitalisé ;

L'atelier « équilibre alimentaire » dans le cadre du CMP, animé par un infirmier du CMP et un infirmier de l'hôpital. Ils ont 5 séances + une, quelques semaines plus tard. Il y a en outre une consultation mensuelle d'une diététicienne au CMP. Destinée aux patients sortis de l'hôpital, ou en voie de l'être, cette activité leur permet d'appréhender de façon plus positive le CMP.

En parallèle, le lien avec le groupe cuisine leur permet de mettre en pratique les enseignements. Il s'agit de bonnes pratiques. Ils voient ce qu'ils mangent, ce qui peut compenser certains manques, ce qu'il faut faire pour

rééquilibrer. Ils sont 4 participants actuellement.

- Le mardi se tient le groupe cuisine avec le foyer du « SOS Habitat et Soins » déjà cité.

- Le mercredi : sport, dans les créneaux alloués par la ville de Paris, de 11h 30 à 13h 30, dans un gymnase du XXème. Ils sont 4/5, des groupes pas trop importants.

Avec le secteur 29 auquel s'adjoint parfois le 28ème, cela fait plus de patients. Alors, si le temps est beau, si ce sont les vacances, nous allons sur un terrain de sports porte de Montreuil.

- Le vendredi : un groupe CMP « d'ouverture » appelé groupe de sociothérapie. Il s'agit de sorties. Les patients ont souvent du mal à sortir. Cela leur facilite la démarche. Ils sont en général 8 ou 10.

Le CMP n'est pas un « centre d'accueil thérapeutique à temps partiel » (CATTP), mais une passerelle avec le CATTP tri-sectoriel. C'est un préalable avant leur intégration au CATTP avec notre café club le Bouffadou ou au SAVS (1).

Il leur faut parfois plus de temps mais le choix important des activités thérapeutiques développées dans le secteur les aide à se tourner vers l'extérieur. C'est une mise en confiance par rapport à leurs craintes des groupes.

**L L : Et le week-end, c'est le repos ?**

Dr E. F-D & B. L : Ne croyez pas cela.

- Le samedi : atelier de pâtisserie ;

- Le dimanche : vidéo. Et deux activités : atelier manucure, à l'hôpital, et, plus original, prendre la météo avec un technicien.

On essaie de répartir les activités, que certains n'en prennent pas trop, car beaucoup demandent à avoir un statut social. Ces activités y contribuent.

**L L : Comme la plupart de ces activités se font à l'extérieur de l'hôpital, le nombre de partenaires doit être important.**

Dr E. F-D & B. L : Il l'est. Citons La Métairie, foyer de postcure, dont l'objectif est d'évaluer les capacités d'insertion, de réhabilitation. C'est un tremplin vers l'extérieur, on sort vers un hébergement et des activités thérapeutiques.

(1) SAVS : Service d'Accompagnement à la Vie Sociale, voir page 12



Docteur Edith Fain-Donabédian et madame Bénédicte Louvion

Il y a les liens avec les GEM de l'arrondissement (Artame Galerie, Cascades...) Liens que nous devrions développer plus fortement.

Les liens sont plus importants avec plusieurs SAVS, dont « Léopold Bellan », la « Maison des Champs » du XIXème, ou « L'Élan », dans le IXème. Il y a un vrai travail de collaboration avec eux.

Advocacy fonctionne comme un GEM, ils sont dans le tissu social. Il faudrait que nous allions les contacter, ne serait-ce que pour informer les patients de ce qu'ils peuvent leur apporter.

Citons encore les liens avec la radio « Vivre ». Ils sont devenus plus ténus. Il faudrait que nous pensions à les développer à nouveau.

En revanche, nous manquons de partenariat avec le monde du travail. Je sais que ce n'est pas le sujet du dossier de ce N°, mais vous savez comme c'est important. C'est à nous de voir ce qu'il serait possible de faire et s'ils accepteraient de travailler avec nous.

#### **L L : C'est tout de même impressionnant !**

Dr E. F-D & B. L : Revenons à la Métairie dont le réseau d'hébergement a plus évolué que les activités dans le domaine du travail.

Mais j'allais oublier, au CATT, les groupes sont souvent externalisés et co-animés par des professionnels. Par exemple, le groupe peinture animé par un artiste peintre, ou l'activité musique qui se tient en studio

Le Conseil Local de Santé Mentale de l'arrondissement projette de s'occuper de l'hébergement en nous mettant en lien avec des bailleurs sociaux.

#### **L L : Les activités sont porteuses, et les gens qui les portent gardent leur enthousiasme ?**

Dr E. F-D & B. L : C'est parfois la difficulté. Un groupe, ce peut être lourd pour les animateurs comme pour les patients. Parfois, le fait de terminer un groupe pour en commencer un autre entraîne un phénomène de chronicisation. Le phénomène est moins sensible à l'hôpital où les patients changent relativement vite, ce qui relance l'intérêt, et la dynamique de groupe. Les activités ont de 1 à 3 ans d'existence, mais sont reprises par de nouveaux soignants, donc évoluent.

Mais à l'extérieur, c'est autre chose. Il faut être capable de se relancer dans la prise en charge, de se redonner des objectifs. Il faut veiller à redynamiser.

#### **L L : Un projet ?**

Dr E. F-D & B. L : Pas véritablement, mais nous voulons développer davantage l'éducation thérapeutique (nourriture, hygiène de vie, médicaments). Le projet Maison Blanche a été cautionné par l'Agence Régionale de Santé (ARS).

L. L. : Merci, Mesdames, de nous avoir reçu malgré un emploi du temps particulièrement chargé et de nous avoir fait découvrir un nombre d'activités que nous n'imaginions pas aussi nombreuses dans un secteur donné.

*Propos recueillis par Jean-Louis Le Picard*

# Et les SAVS ?

*En faisant le tour des GEM de Paris, il nous a semblé intéressant d'aller voir un SAVS (Service d'Accompagnement à la Vie Sociale) d'autant que nombreux sont les SAVS « parrains » de GEM et que certaines de leurs fonctions sont similaires quand elles ne sont pas complémentaires. Nous avons rencontré Christophe Marceau, chef de service du SAVS Gustave Beauvois, rue de Varize, dans le XVIème arrondissement.*

**La Lettre : Comment définiriez-vous la mission de votre SAVS, parce que je crois qu'il y a des différences entre les SAVS ?**

Christophe Marceau : Effectivement ils sont tous assez différents, en fonction de leur public. Tous ont une mission d'accompagnement à la vie sociale, en liant deux choses, le lien collectif et l'accompagnement à la personne. Sur 20 SAVS à Paris, 9 sont centrés sur la psychiatrie, mais avec des spécificités : logement, vie associative, rééducation, différents modes de prise en charge,... Nous, nous fonctionnons pour moitié sur l'individuel et, pour moitié, sur le collectif. Et nous insistons sur l'insertion professionnelle.

**LL : Comment fonctionne l'individuel ?**

C. M. : Chaque personne qui se présente est reçue par un éducateur référent. Nous en avons ici 6. L'éducateur explique la structure et fait tout pour lui faciliter son intégration. Lorsqu'il est rentré, au bout d'un mois, un point est fait pour voir si la personne s'y sent bien, et introduire quelques ajustements.

Chaque référent suit personnellement 10 à 14 (maximum) usagers.

**LL : La personne est entrée, quel est alors le rôle du référent ?**

C. M. : Il voit régulièrement la personne. Selon les besoins, et selon les projets à travailler l'entretien sera hebdomadaire, ou bimensuel. Il faut que l'utilisateur comprenne bien ce que l'on fait, qu'il prenne ses marques. Le but est de le sortir de son isolement. On l'aide à s'insérer socialement puis, si possible, professionnellement. On lui apprend à fonctionner différemment au quotidien, on l'accompagne dans ses démarches administratives, on développe son autonomie. Si nécessaire, on essaie, avec les services spécialisés, de lui trouver un logement. On cherche à cerner s'il n'est pas trop tôt pour qu'il recherche un travail, fût-il bénévole ? Le cas échéant, nous lui recherchons une formation adéquate. Nous sommes aussi axés sur le soin, donc nous travaillons en parallèle avec les structures soignantes.

**LL : Vous avez des liens avec la MDPH ?**

C. M. : Oui, tout à fait. Nous intervenons selon les attentes, et les besoins, de la personne. On sous-tend l'accompagnement. Nous suivons le dossier jusqu'à la prise en charge.

**LL : Et le collectif**

C. M. : Nous proposons des activités en groupe, activités créées à notre initiative, contrairement aux GEM, et



encadrées par un éducateur ou un professionnel selon les cas. C'est très varié : des questions de vie pratique à la patinoire, des ateliers presse, de la relaxation, de l'informatique, de la remédiation cognitive, des ateliers d'Arts Plastiques, d'écriture, de cuisine. Des sorties : cinéma, visites, randonnées. Des repas, etc.

**LL : Combien avez-vous d'usagers et est-ce limité ?**

C. M. : Nous avons 80 personnes, et nous ne pouvons guère aller plus loin. Bien sûr, nous avons une certaine souplesse, en cas d'urgence. Le plafond est fixé par le financeur (la Direction de l'Action Sociale de l'Enfance et de la Santé qui relève du département de Paris). Si nous sommes au plafond, une nouvelle entrée sera liée à une sortie. Un référent ne peut suivre plus de 14 personnes. Nous sommes en fait l'interface entre l'utilisateur et les divers partenaires.

**LL : Combien de temps reste en moyenne un usager ?**

C. M. : C'est très variable. Tous les 5 ans, on revoit l'opportunité pour l'utilisateur de rester ou non. Mais il peut dénouer la relation à tout moment. Si un projet professionnel est réussi au bout d'un an, la relation s'arrête alors. L'âge va de 20 à 60 ans. Si quelqu'un vient ayant plus de 60 ans, nous ne pouvons le prendre mais nous allons l'orienter pour qu'il trouve une solution.

*Propos recueillis par Jean-Louis Le Picard*