



Soyez le changement que vous voulez voir dans le monde. Gandhi

bulletin de liaison trimestriel de la délégation UNAFAM 09
des infos : des questions : des expressions...

EDITORIAL – La question du moment : comment faire vivre notre projet 09 ?

Une petite délégation rurale doit dépasser les difficultés pratiques : éloignement géographique des bénévoles, poids excessif des actions qui pèsent sur peu de bénévoles, local central difficile à utiliser, petit budget ...

Depuis que Bernard Fillion Dufouleur a souhaité prendre sa retraite, bien méritée après 8 ans de responsabilités et engagement, un petit bureau tente de trouver son organisation. La délégation régionale a accepté notre proposition de responsabilité collégiale pour quelque temps.

Nous nous partageons la gestion du courrier et le superbe ordinateur fourni par le siège, et essayons de trouver un fonctionnement qui permette le partage des informations et un archivage à Foix.

Pour les représentations qui sont un des axes du travail de l'Unafam, la petite équipe s'active. Annie Costes a bien voulu s'engager à la MDPSH – un poste de suppléante de l'ADAPEI était disponible. Annie et Marie Jani s'investissent dans le travail du PTSM - Plan territorial de Santé mentale. Henriette Agert continue son travail au CLSM – Conseil Local de Santé Mentale de Saint Girons, à la CDHP, à l'UDAF. Christine Guerreiro continue à co animer des ateliers PROSPECT. Le déménagement d'Agnès Tassan nous prive pour le moment de notre relais à la Maison des Ados et à la CDU du CHAC. La question se pose aussi pour le remplacement de Bernard Fillion Dufouleur au Conseil de Surveillance.

Cette année malheureusement, malgré notre motivation, personne n'a pu aller à la réunion des délégués à Paris, ni à la dernière rencontre régionale.

L'accueil, qui est la mission première d'une délégation, est assuré par la petite équipe, avec le renfort de Bernard.

Mais la rentrée va nous demander de mobiliser toutes les bonnes volontés : le groupe de parole va redémarrer, la SISM 2020 a une thématique particulièrement motivante (voir plus loin), la collaboration avec l'IFSI - Institut de formation en soins infirmiers, reprend comme à chaque rentrée !!!

SISM 2020 !!

SANTE MENTALE ET DISCRIMINATIONS

En 2010 il y avait déjà eu une thématique proche « En parler sans stigmatiser », qui nous avait beaucoup mobilisés ..

« Les discriminations ont un impact sur la santé mentale des personnes qu'elles touchent. D'autre part, les personnes concernées par les troubles psychiques sont confrontées aux discriminations », ce qui peut les éloigner du soin. Nous pouvons commencer à réfléchir à des actions, peut-être en nous associant à des associations qui militent contre d'autres formes de stigmatisation ? N'hésitez pas à nous suggérer les films, les auteurs, les professionnels qui abordent ces sujets et que vous recommandez.

En attendant un **bel été à tou(te)s !!!**



Comment donner envie aux adhérents de s'investir dans la délégation ? Comment rencontrer ces futurs bénévoles qui un jour, deviendront délégué, trésorier, accueillants, représentants d'utilisateur ? En attendant comment se partager au mieux les tâches et les responsabilités tout en « se faisant » du bien ?

Une piste qui nous semble intéressante est de mettre notre énergie, dès la rentrée, à organiser des rencontres d'adhérents, thématiques et conviviales.

Rendez-vous le **19 septembre à Foix**, Nous vous enverrons plus d'information avant la fin de l'été. Nous sommes à l'écoute de vos suggestions et vos besoins.

Annie, Marie, Henriette et Christine

Brèves du bureau:

17 avril : bureau UNAFAM
17 mai : réunion coordinateurs GParole
9 mai : réunion évaluation SISIM
28 mai: formation des trésoriers
12 juin: AG de l'UDAF
5 juin : bureau UNAFAM
24 juin: réunion du Plan Territorial de Santé Mentale
8 juillet : rencontre Directeur Léo Lagrange
9 juillet : réunion CDA - MDPSH

Accueils au 1^o semestre: 16 dont 7 présentiels
Réunions de travail: mardi 18 juin à l'UDAF, vendredi 28 juin à Foix, vendredi 5 juillet au Fossat, lundi 8 juillet à l'UDAF

ATELIER PROSPECT

Des dates à l'automne

Albi: 14 et 15 SEPT.; 28 SEPT.
Rodez: 5 et 6 OCT; 26 OCT
Toulouse: 9 et 10 NOV; 30 NOV
Inscriptions - Clotilde : 06 99 45 71 68

La formation initiale des bénévoles

S'engager en tant que bénévole au sein de l'UNAFAM, c'est également pouvoir bénéficier d'une formation initiale de grande qualité. Les 13 et 14 juin dernier, j'ai participé à une session à Montpellier, dispensée par deux animatrices bénévoles de l'UNAFAM. Nous étions 18 stagiaires venant de douze différents départements dans les régions (AURA, Nouvelle Aquitaine, Occitanie, PACA).

Nous avons abordé les points suivants :
Connaître pour les partager les valeurs et les orientations de l'UNAFAM ; identifier son organisation, son fonctionnement au niveau départemental, régional, national.

Connaître les ressources mises à disposition par les délégations régionales et le siège.

Acquérir des connaissances dans les domaines de la maladie mentale et du handicap psychique, de la législation, de l'organisation du système sanitaire, social et médico-social (constitution d'un dossier MDPH, rôle de la CDAPH, droit des personnes hospitalisées, les soins sans consentement, la protection juridique des majeurs...).

Les droits des proches aidants .

De proche aidant à pair aidant ; le rôle du pair-aidant famille vu par l'UNAFAM.

Echanger avec des bénévoles de différentes délégations permet de mesurer l'hétérogénéité des conditions de fonctionnement dues à la géographie, au nombre d'adhérents et de bénévoles, à la présence de salarié ou non au sein des délégations mais n'en reste pas moins les valeurs communes qui fondent notre engagement.

Une stagiaire de l'Ain, salariée à l'UNAFAM nous a apporté des informations et fait partager ses compétences pratiques.

Ces deux journées ont été denses, enrichissantes et dynamisantes et m'ont conforté dans mon engagement.

Annie

groupe de parole/ bilan et rentrée 2019

Notre dernier groupe de parole a eu lieu mercredi 26 juin ; onze personnes dont Hélène, la psychologue et Marie, coordinatrice UNAFAM. Cela s'est clôturé par un petit verre de l'amitié.

Nous remercions vivement Hélène qui a animé ce groupe d'octobre 2018 à juin 2019. Ces rencontres mensuelles ont été évaluées positivement par les participants.

Pour la rentrée en septembre, nous réfléchissons à la reprise ou non d'un groupe de parole ; faut-il le transformer en Rencontres Adhérents autour d'un thème (ex : les traitements médicamenteux, la sortie après une hospitalisation, la réadaptation psychosociale du proche malade) ?

gpunafam09@orange.fr

07 86 36 57 76



Films vus au
**Festival
Résistances**

Les Anges de l'univers de Fridrik Thor

Fridriksson - Islande

L'introduction a été faite par une jeune islandaise qui a situé ce film, tourné en 2000, inspiré d'un livre lu par tous les jeunes islandais au lycée ! Etonnant non ? Elle nous a brillamment évoqué sa propre situation, qui comme pour les personnages, où ce qui est vu habituellement comme des signes de faiblesse, doit être compris comme une bataille dont on peut être fier ! Le film nous a séduit par la justesse de ton dans la mise en scène de ces personnes soignés/enfermés à l'hôpital. Grave, dramatique même, drôle aussi mais toujours respectueux de la souffrance, de la sensibilité et l'intelligence de ces personnes. La violence de l'institution mais aussi la détresse des soignants sont évoquées. Ce film nous a beaucoup touché Marie et moi.

« Dans la terrible jungle » documentaire sur des adolescents dans un IME, tourné par Ombeline Ley et Caroline Capelle, présentes pour répondre aux questions. Nous suivons plusieurs jeunes, atteints de troubles mentaux (il n'y a pas de détails donnés sur ces troubles). C'est leur vie de tous les jours avec le parcours particulier de chacun. Avec l'aide des éducateurs, ils ont monté un petit groupe de musique. Une jeune fille chante. Elle parle, à un moment, avec une autre pensionnaire, mal-voyante, de **capacités**. Ces jeunes ont quelquefois du mal à communiquer mais la musique fait naître une émotion visible dans leurs comportements.

Ils m'ont rappelé ceux que j'avais rencontrés lorsque je travaillais dans un IM PRO. Cette expérience forte m'avait permis de faire sauter mes préjugés sur le handicap.

Marie