

Le lien

Mars 2019

Santé mentale
à l'ère du numérique
Semaines d'Information
sur la santé mentale
18 au 21 mars 2019



Délégation du Finistère

Transitions

La délégation du Finistère de l'Unafam est animée par ses bénévoles qui s'impliquent dans l'accueil, le soutien aux familles et à l'entourage des personnes souffrant de troubles psychiques et/ou handicapées psychiques. C'est sa mission principale.

Les autres missions de l'UNAFAM sont essentielles dans la défense des intérêts des familles et des malades et/ou handicapé(e)s psychiques :

- le soutien à la création d'établissements et de services adaptés tels que des lieux de vie et des services d'accompagnement qui facilitent l'autonomie et l'inclusion de nos proches dans la société.

- l'information et surtout l'effort de déstigmatisation auprès du « grand public », notamment par l'organisation des Semaines d'Information sur la Santé Mentale.

- les nombreuses représentations des usagers à tous les niveaux (MDPH, Conseil Départemental, établissements médico-sociaux, Conseils de Surveillance et Commission des Usagers dans les hôpitaux et cliniques du Finistère...)

Toutes ces missions sont assurées au mieux par quelques bénévoles qui prennent de l'âge et trop peu nombreux pour que la tâche ne finisse par devenir trop lourde.

Remerciements

De ce fait et suite à la fin du mandat de Rolande Raoult en tant que présidente déléguée, et à celui de Mado Héliès au secrétariat après sept ans d'engagement dont nous ne saurons assez les remercier, la délégation traverse quelques difficultés qu'il nous faut ensemble dépasser. Le bureau actuel est un bureau intérimaire qui s'est élargi par l'entrée de bénévoles qui veulent s'impliquer plus loin dans son fonctionnement.

Nous travaillons en tout cas activement à la constitution d'un nouveau bureau et nous espérons pouvoir vous le présenter le 11 mai 2019 lors de la prochaine Assemblée Annuelle.

Pôles

En discussion aujourd'hui la pertinence de mettre en place des pôles (secrétariat, finances, communication...) regroupant plusieurs bénévoles réunis autour d'une action précise en fonction de leurs compétences et leurs disponibilités. La formule, ailleurs, connaît un certain succès !

Faites-vous connaître

Faites-vous connaître si vous souhaitez vous investir. Les compétences en informatique, en secrétariat, sont tout particulièrement attendues, et tant d'autres seraient utiles... Pourquoi pas devenir représentant des usagers (RU) après avoir reçu une formation adaptée et enrichissante, pourquoi pas s'investir dans des actions ponctuelles plus terre à terre, ou pas tant que ça d'ailleurs, comme repeindre le plafond du local à Quimper, ou encore intégrer l'atelier créatif à Morlaix, etc. Toutes les manières que vous aurez choisies pour vous investir seront les bienvenues.

Monique Amice-Manach

À propos du numérique !

Grand merci. Grand merci à toutes celles et ceux qui ont répondu à notre appel et nous ont transmis leur adresse mël ; voilà de quoi enrichir les moyens de la Délégation pour vous informer ! Continuez, nous sommes toujours preneurs !

Grand bravo. Grand bravo aux résidents de MADEN Plouigneau qui nous ont fait parvenir « MAD news », leur petit journal numérique. Voilà

qui illustre en tout cas un des bons côtés des échanges par voie numérique et la pertinence du thème retenu cette année dans le cadre de la SISM . G.C



Celui de rêver, créer, partager. La petite flamme est à entretenir. Nous souhaitons de tout cœur que l'Atelier créatif de Morlaix puisse continuer à vivre, essaier aussi, pourquoi pas, dans les autres antennes de l'UNAFAM du Finistère. Le jeu en vaut la chandelle !

Croyez-en celles et ceux qui y ont participé ! Isabelle Duplat

SISM... Demandez le programme !

Les plaquettes/programmes de la SISM ne sont pas encore disponibles. Peut-être nous sera-t-il possible de vous les faire parvenir plus tard par messagerie. Ci-dessous un avant-goût et de quoi pointer quelques dates dans votre agenda...

À Brest

Du côté de Brest deux évènements programmés à l'initiative de l'UNAFAM...

Mardi 19 mars à 20 heures à la Mairie de l'Europe à Brest : **"Évolution des soins en psychiatrie"** par le **Dr Cozic** de l'hôpital de Bohars.

Lundi 25 mars de 18 heures 30 à 20 heures à l'amphi 600 de la fac de Droit, là où se déroulent les "Lundis de la santé") : **"Jeux vidéo - Internet - les écrans... risques d'addictions ?"** conférence du **Dr Morgane Guillou**, médecin addictologue à l'hôpital Morvan et **Loïk Jousny**, psychologue à la Maison des Adolescents à Brest.

À Morlaix

Pas d'animations SISM confirmées du côté de Morlaix. L'antenne communiquera par voie de presse si nécessaire.



À Quimper

L'embarras du choix dans un programme riche et varié porté par l'EPSM Gourmelen. L'UNAFAM y prend une part active avec notamment :

Le lundi 18 mars, Salle Saint-François, Halles de Quimper de 18h à 20h30
Conférence **"Santé mentale, mythes et réalité"** avec **Aude Caria**, directrice de

Psycom . L'unafam a poussé pour que Psycom intervienne.

Le jeudi 21 mars, Salle Saint-François, Halles de Quimper de 18h à 20h30 **"Qu'espérer des nouveaux développements de la recherche en santé mentale"** avec **Michel Hamon**, neurobiologiste, président du comité scientifique de l'Unafam qui se propose de répondre à la question **"Quels apports des nouvelles technologies en santé mentale?"**

À Concarneau

Le samedi 23 mars. Au Pôle culturel, 10, Bd Bougaville de 15h à 17h « Écrans et parentalité » Conférence participative animée par Olivier Duris, psychologue clinicien.

À Carhaix

Le lundi 18 mars. Espace culturel Glenmor à Carhaix de 18h30 à 20h une vidéo-conférence sera consacrée à la mortalité prématurée par suicide. Le thème de la conférence du Dr Walter n'est pas en rapport direct avec celui de la SISM 2019 mais l'est en revanche avec un des axes prioritaire définis dans le Contrat Local de Santé du pays du Centre Ouest Bretagne. D.Q

Les activités de la Délégation

Groupes de parole,

Un espace réservé aux proches des personnes en situation de handicap psychique, ce qui permet de prendre du temps pour soi. Un espace de rencontre afin de rompre l'isolement. Un espace d'échange qui permet de venir déposer ses questions, ses émotions, ses ressentis... en toute confidentialité. Un espace de partage de ses savoir-être et de ses savoir-faire, de ses espoirs...

Un espace de réflexion en commun qui permet d'élargir la vision de chacun.

À Brest, un groupe de parole se termine début mars et un second a débuté fin janvier.

À Morlaix, le groupe actuel qui a démarré en novembre dernier, se poursuit à raison d'une séance par mois jusqu'en juin prochain.

Un nouveau groupe sera mis en place dans le courant du dernier trimestre 2019

À Quimper, un groupe a démarré le 19 février dernier, six séances prévues.

Ateliers Prospect

Des temps proposés aux familles pour les soutenir face à la maladie de leur proche. Un à venir en mars et sans doute un autre en fin d'année suite au grand nombre de demandes. Denise Quelen

Cafés conviviaux, comme leur nom l'indique, mais aussi des rencontres autour d'un thème ou d'un invité.

Le 3 novembre 2018 par exemple au café convivial de Morlaix, Intervention de cinq résidents de Maden Plouigneau lors d'un moment sympathique qui leur a permis de présenter leur résidence. Ils se sont appropriés les nouvelles technologies et publient un petit journal sur leur quotidien et leurs occupations. Belle réussite, c'est avec plaisir que nous les réinviterons ! Isabelle Duplat



Lors du Café convivial qui s'est tenu à Brest en janvier dernier. M. Moreau, Directeur de l'UDAF du Finistère a présenté à nos adhérents la protection juridique des majeurs.... Le panel des mesures est conséquent depuis la sauvegarde de justice jusqu'à la tutelle, en passant par l'habilitation familiale que nous avons évoquée dans « Le Lien » de septembre 2017. M. Moreau, qui s'est montré accessible lors de son intervention et

disponible pour la discussion avec chacun et chacune lors des échanges autour de la galette des rois, a insisté sur les évolutions de la protection juridique des majeurs. Le mandataire n'a pas tout pouvoir, s'il l'a jamais eu, et doit veiller au respect des droits fondamentaux et libertés individuelles des personnes. Chaque mesure prononcée par le juge précise d'ailleurs les limites de son intervention et sa « zone » de compétence propre. L'exercice d'une curatelle, qu'elle soit dite « simple » ou « renforcée » laisse toujours la place à l'autonomie des personnes protégées. M. Moreau, en évoquant la Mesure

d'Accompagnement social Personnalisé, ne s'est d'ailleurs pas arrêté à la présentation des mesures de protection. Cette mesure qui peut certes évoluer vers une protection juridique, relève d'abord du champ social et doit s'attacher à préserver le plus loin possible le potentiel d'autonomie des personnes..



La formule, hors contrainte juridique, est de l'ordre du contrat avec le Conseil Départemental.

M. Moreau notait à la suite et en souriant lors des échanges qui ont suivi son intervention que les personnes protégées, souvent

réticentes au départ d'une mesure de protection, finissaient bien souvent par la vivre comme une aide véritable quand les familles qui l'avait réclamée éprouvaient régulièrement de leur côté le sentiment d'avoir été dépossédées. Il y a là pour chacune des parties bien des paradoxes à gérer. Gilbert Cochenec

Un Accueil Unafam Morlaix-Carhaix L'antenne de l'Unafam Morlaix-Carhaix a vu le jour et tiendra sa permanence à partir de mars 2019 le dernier jeudi de chaque mois, salle 5, de 14h30 à 16h30, à la **Maison des Services Au Public (MSAP)** de la Communauté de communes du Poher, place de la Tour d'Auvergne à Carhaix. De nouveaux bénévoles, parmi lesquels Geneviève, Jocelyne et Denis qui espèrent la création prochaine d'un Groupe d'entraide Mutuel (GEM), d'une résidence accueil MADEN et, pourquoi pas, la mise en place d'un Conseil Local de Santé mentale. **Contact** : 06 30 67 41 74

Du côté des arts

Etre quelqu'un quelque part. L'association Stand-arts et l'Atelier Thérapeutique Artistique du Centre Hospitalier des Pays de Morlaix présentent « **Etre quelqu'un quelque part** » dans le cadre de la Tournée théâtrale des Abeilles orchestrée par Nathalie Couprie.... Une quête d'humanité ! **Des dates en plusieurs lieux du Finistère**
Jeudi 14 mars, 14h20. Collège-Lycée St Sébastien, Landerneau
Jeudi 4 avril, 15h, EHPAD Huelgoat
Jeudi 25 avril, 16h30, Centre Perhairdy, Roscoff
Vendredi 14 juin, 20h30, Théâtre de Morlaix
La liste n'est pas exhaustive.

Renseignements / Contact / ass.stand-arts@ch-morlaix.fr

À vos agendas

Café convivial le 9 mars à Quimper

Atelier Prospect, les 8, 9 et 10 mars

Journée Troubles psychiques, le 6 avril

Assemblée annuelle de la Délégation, le 11 mai au Juvénat de Châteaulin

Dictée du Printemps, le 25 mai à l'IFPS Quimper

Café convivial, à Brest le 22 juin

Pensez enfin à réserver votre dimanche 8 septembre 2019 pour la sortie conviviale ! En projet ? La vallée des saints à Carnoët !

Pour aller plus loin...

Psychiatrie : l'état d'urgence. Marion Leboyer / Pierre-Michel Llorca / Fayard.

Psychiatrie : Un système à bout de souffle Marie-Jeanne Richard, Présidente de l'UNAFAM invitée le 6 février dernier sur le plateau de « Ça vous regarde » sur LCP

<http://www.lcp.fr/emissions/ca-vous-regarde/replay>

Un autre regard" N° 2 / 2017-Voir Dossier et article de Michel Hamon sur les nouvelles technologies.