

# LE LIEN

Septembre 2021

## Santé mentale et respect des droits

Semaines d'Information  
Sur la santé Mentale (SISM)  
du 4 au 17 octobre

Les programmes vous seront  
envoyés par courriel ou seront disponibles  
dans vos points d'accueil.



UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES  
MALADES ET/OU HANDICAPÉES PSYCHIQUES

Délégation du Finistère

## L'éditorial

Madame, Monsieur, chers adhérent.e.s,  
Je suis heureux de vous faire parvenir ce nouveau numéro de notre bulletin UNAFAM 29, **LE LIEN**. Complémentaire d'autres formes de communication (courriels, bulletin, lettre du national, site national et du 29 : [www.unafam.org/finistere](http://www.unafam.org/finistere),...), il rassemble plusieurs points de notre actualité locale : un dialogue plus proche entre l'équipe des bénévoles et vous. La crise sanitaire a restreint nos rencontres (permanences, cafés conviviaux, groupes de parole) et a donc amputé notre « cœur de mission » : l'accueil des familles. Les bénévoles de l'UNAFAM 29 ont continué à travailler durant ce temps, à défendre nos causes, celles de nos proches, je tiens à les en remercier : formation, défense des intérêts des patients dans les établissements de soins, médico-sociaux, les institutions (comme la MDPH, le département), communication (site internet, courriers, ...), parfois bien sûr avec moins d'amplitude ou des reports. Cela n'a pas toujours été facile ! Il a fallu se mettre à la visioconférence, passer plus de temps au téléphone, différer, reprogrammer... Notre accueil téléphonique n'a pas faibli, au contraire, nos bénévoles ont pris plus de temps pour renseigner les familles au téléphone.

Nous avons la volonté de relancer plus normalement tout cela, en particulier les activités liées à l'accueil et l'information des familles. L'ombre de la Covid est encore là, mais notre impatience de vous retrouver est aussi très vive.

Prenez note dès aujourd'hui de notre agenda et à bientôt !

Jean-Claude CARN  
Délégué-adjoint

## La vie dans la délégation

### Suivi du 5<sup>ème</sup> schéma du Conseil Départemental du 29

Des bénévoles et professionnels concernés par tous types de handicaps ont été invités à participer à des groupes de travail avant l'élaboration du 5<sup>ème</sup> schéma définissant les politiques départementales en faveur du handicap (2019/2024). Les participants n'ont pas manqué de signaler les difficultés et faire des propositions sur les principales thématiques qui ont été abordées : encourager le libre choix du lieu de vie, apporter une réponse adaptée aux besoins spécifiques de certains publics (dont « accompagner et mieux prendre en compte les personnes souffrant de handicap psychique »), faciliter le parcours des personnes en situation de handicap et soutenir leur citoyenneté. Rappelons que seules 55 personnes souffrant de troubles psychiques bénéficient d'un logement pérenne en résidence accueil, 25 autres en résidence accueil avec SAVS et qu'il n'existe dans notre département aucun foyer spécialisé pour les personnes handicapées psychiques. L'annonce de 120 places en foyer et 32 places en logement inclusif pour tous types de handicaps n'absorbera pas les listes d'attente (environ 900 personnes). Imaginer que le logement inclusif pourrait être la solution pour tous est un leurre : nombre de personnes sont encore isolées sans prises en charge adaptées ou vivent au domicile de leurs parents vieillissants, et ce ne sont pas les 100 places en SAVS (Service d'Accompagnement à la Vie Sociale) et les 20 places en SAMSAH (Service d'Accompagnement Médico-Social pour Adultes Handicapés) qui pourront suffire ! Le CD 29 va expérimenter la création d'un conseiller de parcours ; nous demandons que chaque personne soit ainsi suivie à la MDPH, que des dispositions soient prises pour résoudre les très longs délais d'instruction des dossiers et que l'ensemble des personnels et élus soient formés. Nous l'avons écrit aux élus concernés à la veille des élections départementales. FMN

### Point vaccination

Les mois passés, nous avons interrogé les établissements de soins sur la façon de prendre en compte la vaccination des usagers. Elle est réalisée pour les patients en hospitalisation complète. Par contre, pour les patients en ambulatoire, les dispositions ne sont pas satisfaisantes ; soit disant prioritaires, dans la plupart des cas les personnes en souffrance psychique ont été invitées à s'adresser à leur médecin traitant ! Nous avons envoyé un courrier à l'ARS afin d'alerter sur cette non prise en compte réelle des personnes en difficulté psychique : pas de réponse à ce jour... JCC



## Espace Bénévoles : témoignages

### d'un duo de bénévoles accueillantes à Brest

L'accueil téléphonique en temps de confinements :  
un outil précieux pour rompre l'isolement.

Pendant les confinements successifs, des bénévoles de Brest ont assuré l'accueil uniquement par téléphone : une expérience inédite que nous relate Marie Yvonne. Pendant les premiers jours du confinement en mars 2020, de nombreuses familles ont fait part de leurs inquiétudes, voire même de leurs angoisses au sujet de leurs proches malades, éloignés géographiquement. Comment allaient-ils vivre cette situation, cet isolement? Allaient-ils « décompenser », se retrouver en situation de fragilité extrême ?

En fait, la plupart de ces malades ont vécu plutôt bien cet isolement forcé, cette obligation de rester à la maison : « Pour une fois, toute la France est comme nous » ont dit certains. « Les familles étaient dans une angoisse terrible » témoigne Marie Yvonne, « alors que leurs proches malades allaient bien ».

Cette bénévole a également remarqué que cet accueil téléphonique convenait très bien à certaines personnes, ainsi assurées d'un anonymat total.

Au fil du temps, les confinements successifs, les flux d'informations en continu et parfois contradictoires ont contribué à nourrir les angoisses des familles, soumises elles aussi à l'isolement. Ne plus pouvoir partager avec ses voisins, ses amis, ses proches, perdre ses repères de vie sociale ont aussi perturbé gravement la santé psychique de nombre d'appelants. Particulièrement ceux qui venaient de vivre un deuil et se retrouvaient isolés, en manque de repères.

D'autres bénévoles accueillants ont souligné que pendant ces longs mois, l'arrêt total ou partiel des activités, les difficultés voire les impossibilités pour les patients d'avoir accès aux CMP (Centres Médico-psychologiques) ont eu des conséquences sur la santé mentale d'un certain nombre d'entre eux. Une leçon pour chacun d'entre nous : le lien, les liens sont vitaux. Surtout ne pas couper le fil ! Et le téléphone de l'Unafam tenu par des bénévoles, en ces temps de crise sanitaire, a largement joué ce rôle.

DB

Pendant cette longue période de pandémie d'un an et demi, ponctuée de confinements, restrictions et difficultés diverses, l'Unafam 29 a assuré des accueils téléphoniques, mais aussi en présentiel selon les possibilités des points d'accueil, sans rupture de ce lien essentiel qui nous unit. Vos difficultés ont été aussi relayées au siège, qui a entrepris des actions (par ex les dérogations de sorties, les droits de visite, etc...).

DQ et FMN

### de la référente pénale de la délégation 29

Pour vous accompagner dans le labyrinthe que peuvent représenter les méandres de la justice pénale ou lorsque vous êtes confrontés à une procédure juridique, l'Unafam 29 met à votre disposition une référente pénale.

Les troubles psychiques peuvent avoir un impact sur le comportement de vos proches face à la société, aux autorités.

Le rôle du référent pénal comporte aussi une sensibilisation auprès des professionnels de la justice : avocats, magistrats, contrôleur judiciaire, personnel pénitentiaire...

Un guide téléchargeable gratuit a été édité par un groupe de bénévoles, disponible sur le site de l'Unafam. Cet accompagnement vise à favoriser la prise en charge médico-sociale du proche en difficulté en évitant autant que possible une condamnation à une peine de prison. Vous pouvez contacter la référente pénale du 29 par mail : [29@unafam.org](mailto:29@unafam.org)

ou par téléphone au 07 88 17 72 32 en laissant un message à son attention.

BB



## Agenda

si les conditions sanitaires le permettent

**25 septembre**, matin : Assemblée annuelle de la délégation 29, à Châteaulin

**8,9 et 10 octobre** : Formation Prospect à Châteaulin (\*)

**11 octobre** : « Après Prospect » pour les personnes ayant suivi Prospect en 2019 et 2020 (\*)

(\*) Renseignements : 06 74 94 09 21

**4 au 17 octobre** : SISM (Semaine d'Information sur la Santé Mentale).

**3 décembre** : Colloque annuel régional de l'Unafam sur le thème du logement, à Quimper

**Pour s'inscrire aux groupes de parole, s'adresser aux points d'accueil à proximité de votre domicile.**

## Espace Bénévoles (suite)

### Visite du Contrôleur Général des Lieux de Privation de Liberté (CGLPL) à l'hôpital de Bohars

Cette visite a eu lieu au début du mois de mars 2020, juste avant le premier confinement.

Le rapport de cette visite a été rendu public et, suite à un article paru dans Ouest-France du 27 mai, la délégation départementale de l'UNAFAM a décidé d'organiser une conférence de presse pour faire savoir que les recommandations présentées dans ce rapport font écho aux nombreux témoignages des familles que nous recevons au téléphone ou sur rendez-vous dans nos accueils.

Ouest-France, le Télégramme, Radio Rivages, France Bleu Breizh Izel et FR3 Iroise étaient présents et ont rendu compte le lendemain de nos inquiétudes à la lecture de ce rapport.

Nous avons essentiellement réagi sur les conditions d'isolement et de contention de certains patients, eu égard au respect et à la dignité humaine. Nous nous soucions aussi des conditions des détenus hospitalisés, placés systématiquement en isolement en pyjama. Autre sujet récurrent : l'ennui dont se plaignent de nombreux malades et le manque d'intimité pour recevoir leurs familles. Et nous restons vigilants sur les possibles dysfonctionnements dus à un manque de personnel.

Nous avons demandé à rencontrer les directrices du CHRU et de l'hôpital de Bohars. Seule la directrice de l'hôpital de Bohars, Mme BARANGER, nous a proposé une rencontre au mois d'octobre. Elle sera accompagnée du Pr WALTER, chef de pôle du secteur1. Nous attendons la proposition de Mme FAVREL, directrice du CHRU de Brest.

Le rapport de la visite du CGLPL en janvier 2020 à L'EPSM Finistère Sud à Quimper faisait également état de problématiques assez semblables.

Des bénévoles de l'UNAFAM siègent dans les Commissions des Usagers à Brest, Morlaix, Quimper, Landerneau, Guipavas et Châteaulin, ainsi qu'à la Commission Départementale des Soins Psychiatriques (CDSP). Pensez à les contacter si vous avez connaissance de dysfonctionnements, mais aussi si vous et/ou votre proche voulez nous faire part de votre satisfaction lors d'un séjour de votre proche. DH

## La citation

« Les personnes en situation de handicap sont des sujets de droit et non des sujets de soins »  
Sophie Cluzel, Secrétaire d'Etat  
chargée des personnes handicapées.

## Espace Usagers

### La parole au GEM le Sympa de Morlaix

#### Les bienfaits de la médiation équine ou comment soigner par les animaux



Depuis maintenant bientôt deux ans, les adhérents du GEM participent à des séances de médiation équine avec Hélène Lalande de « **Cheval Emergence** » à Pleyber Christ ([www.therapie-cheval-emergence.com](http://www.therapie-cheval-emergence.com)). Il s'agit d'un projet rendu possible grâce à la

**Fondation Adrienne et Pierre SOMMER** qui nous (ndl : au GEM) a versé une subvention à cet effet.

L'objectif de la médiation équine n'est pas d'apprendre à monter à cheval mais d'entrer en relation avec lui.

Il semble difficile de faire une liste précise de tous les bienfaits de la médiation animale tant ils sont nombreux et personnels en fonction du ressenti de chacun. Le cheval est alors considéré comme un partenaire à part entière, une réelle relation de complicité peut alors s'installer.

On apprend à l'observer, à prendre soin de lui et donc plus largement de l'Autre et à respecter ses émotions.

#### Témoignages :

«...quand je suis avec le cheval ça me rend heureux... »

« ...j'ai appris à appréhender différemment la relation avec l'animal »

#### Une avancée vers la pair-aidance

Les GEM sont des associations Loi 1901 dont le but est d'organiser des loisirs pour les adhérents et ainsi leur permettre de retisser du lien social en dehors de toute approche soignante. Certes, au GEM, nous sommes amenés à nous retrouver entre pairs, puisque les personnes qui le fréquentent ont bien souvent des parcours de vie similaires et partagent ainsi leurs expériences tout en s'entraïdant. Mais le GEM c'est aussi dépasser l'entre soi de la pair-aidance et s'ouvrir vers l'extérieur.

Dans le cadre du PTSM 29 (\*) Le Sympa a été invité à être co-pilote de la fiche action « **Promotion de la pair-aidance et médiations par les pairs** ». Le pair-aidant peut mobiliser ses compétences et transmettre son expérience afin d'aider une autre personne qui est dans une situation semblable ou comparable. La pair-aidance peut se concevoir entre personnes en situation de handicap ou malades ainsi qu'entre proches aidants.

Le Collectif du GEM Le Sympa

(\*) Projet Territorial de Santé Mentale du Finistère



## Espace Professionnels

« BREF »,  
un programme à destination des proches aidants

Il s'agit d'une première porte d'entrée pour aider à comprendre, dépasser le déni, la colère puis accompagner son proche malade. La psychoéducation familiale est aussi une intervention efficace et capitale pour la prévention des rechutes.

Enfin elle se met en place dans le Finistère, en commençant par Quimper ! Des bénévoles de l'UNAFAM 29 vont s'y engager au côté des soignants (une formation des bénévoles et des soignants se déroulera cet automne). BREF consiste en trois séances proposées à chaque famille dont le proche vient d'être hospitalisé (en priorité) ou en soins. Les deux premières séances entre les soignants et les proches aidants consisteront à échanger pour décrire et mieux comprendre ce qui se passe. La troisième fera intervenir, en plus, un bénévole d'une association (Unafam ou autre) afin de présenter les réseaux d'aides qui existent avec leurs outils (informations, formations, groupes de parole...). Il s'agit d'entretiens individuels pour chaque proche aidant ou groupe de proches. BREF sera donc à la fois une ouverture des établissements de soins vers les proches, un travail en commun avec l'UNAFAM et une première écoute et information des familles.

Cette démarche se met en place en parallèle aux programmes de réhabilitation psycho-sociale que développent aussi les établissements de soins à destination des patients. Ces programmes permettent de tendre vers le rétablissement et de retrouver des habiletés sociales.

JCC

L'Equipe Mobile 16-25 ans  
de l'Hôpital de Morlaix (\*)



La parole à :  
Antoine GUILLERM,  
infirmier et  
Sophia MOURID,  
éducatrice spécialisée  
qui ont rencontré, le 25 mai dernier,  
les bénévoles de Morlaix.

« Cette équipe pluridisciplinaire est opérationnelle depuis février 2021 sur tout le territoire. Elle est composée d'une psychiatre, d'une psychologue, d'un cadre de santé, d'un infirmier, d'une éducatrice et d'une secrétaire. Une rencontre collective de l'équipe a lieu chaque semaine avec la psychiatre et la psychologue qui aident à résoudre les cas les plus compliqués. La mission de cette équipe est de coordonner la prise en charge de jeunes de 16 à 25 ans en souffrance psychique, primo-arrivants ou déjà connus de la pédopsychiatrie ou de la psychiatrie adulte. Leurs situations peuvent nous être présentées par tout professionnel de santé au sens large, les familles, l'aide sociale à l'enfance, ... Nous essayons d'éviter la rupture et de les orienter tout en informant les familles et les proches sur les dispositifs d'accompagnement et en limitant le recours à l'hospitalisation. C'est un service qui ne fonctionne pas dans l'urgence. Toutefois les familles dont l'état du proche relève de l'urgence peuvent être contactées pour être orientées vers les CMP et notre intervention à la sortie de l'hospitalisation sera alors importante pour décider de l'orientation à prendre. Nous accompagnons ces jeunes dans la co-construction de leur projet et sa réalisation en s'appuyant sur les ressources en lien avec les partenaires du territoire : les institutionnels, les professionnels de santé, du médico-social, les services sociaux, les enseignants, l'aide sociale à l'enfance, les associations d'usagers et de familles... L'adhésion de la personne concernée existe dans le meilleur des cas, dans le cas contraire l'équipe peut être ressource pour l'entourage du jeune. Les différents points pouvant être traités touchent les solutions d'hébergement, les soins, les accompagnements éducatifs ou professionnels. Nous nous appuyons sur ce qui existe déjà et fonctionne bien ».

DQ et ID

## Infos pratiques

Accueil [sur rendez-vous à](#)

**Brest**, 16 rue Alexandre Ribot

[29@unafam.org](mailto:29@unafam.org) 06 74 94 09 21

**Quimper**, 10 bis avenue de la France Libre

**Châteaulin**, Quimill, Immeuble Guynemer,  
Bât. D3

[unafam29.quimper@gmail.com](mailto:unafam29.quimper@gmail.com) 07 88 17 72 32

**Morlaix**, entrée hôpital, 74 rue de Brest

[unafam29.morlaix@gmail.com](mailto:unafam29.morlaix@gmail.com) 06 30 67 41 74

**Carhaix**, 46 rue Tristan Corbières, Bât. le Chêne

[unafam29.carhaix@gmail.com](mailto:unafam29.carhaix@gmail.com) 06 41 46 35 93

Tous les détails sur le site [www.unafam.org/finistere](http://www.unafam.org/finistere)

(\*) *Projet avec financement ARS déposé en 2018 et porté par la Résidence St Michel de Plougouvest et le Centre Hospitalier des Pays de Morlaix et lié à la transformation de l'offre médico-sociale.*