

UNAFAM 21

c/o Maison des associations

2 rue des Corroyeurs
boîte k 4
21000 Dijon

Tél. 03 80 49 78 45

21@unafam.org

Internet : www.unafam.org/cote-dor

Lorsque les familles sont confrontées à des problèmes aigus d'ordre psychique avec leur proche (situation tendue, approche de crise par exemple), il est nécessaire de trouver une écoute, un soutien, alors n'hésitez pas à contacter l'UNAFAM 21.

Si le problème se pose pendant la nuit, si la situation vous paraît grave, si elle semble présenter un caractère d'urgence, vous pouvez vous adresser 24h/24h au service d'Accueil du CH La Chartreuse :

03 80 42 48 23



ET APRÈS LE CONFINEMENT...

photo : Bernard Béros

L'UNAFAM 21 ET LE COVID-19 RETOUR D'EXPÉRIENCE

**par Jean-Louis Laville
Président de l'UNAFAM 21**

La Délégation départementale UNAFAM 21 s'est mobilisée depuis la mi-mars, dans la mesure de ses moyens, pour accompagner les adhérents et les familles de Côte-d'Or, avec la volonté d'éviter leur isolement, de répondre à leurs interrogations et de leur assurer le meilleur service possible. Prioritairement, les bénévoles de la Délégation ont assuré un accueil de proximité selon des modalités nouvelles, en pratiquant le aller vers pour s'assurer que les adhérents et leurs proches allaient aussi bien que possible.

Chaque famille a assuré son rôle d'aidant-accompagnant en faisant preuve de grandes ressources pour faire face aux difficultés, avec des situations familiales très contrastées, parfois avec la présence permanente de leur proche revenu au domicile, parfois avec la perte de tout contact avec lui.

Nous avons aussi exprimé **notre solidarité aux soignants et aux professionnels du médico-social, et avec les institutions -ARS et Département notamment- tous très mobilisés.**

Ce que nous avons fait compte tenu de la suppression des rendez-vous physiques, des conférences, des réunions avec les familles :

- Toute l'équipe bénévole « Ecoute-Accueil » était mobilisée pour l'écoute par téléphone des proches et des aidants. Elle répondait, appelait les personnes isolées... La permanence téléphonique a été assurée 7 jours sur 7 de 8h00 à 20h00 au 03 80 49 78 45.

Depuis la mi-mai, l'écouter et la personne qui l'appelle choisissent ensemble leur mode d'écoute : le plus souvent par téléphone mais, le cas échéant, par Skype voire en se rencontrant (et en appliquant alors strictement les gestes barrières).

- Nous avons mis en place des Groupes de paroles virtuels pour que ces réunions reprennent aussi vite que possible, après le 11 mai.

- Nous avons envoyé très régulièrement des messages par Internet à tous les adhérents et sympathisants, et aux principaux partenaires. Au total une quinzaine de messages de la mi-mars à la mi-mai « Pour mieux traverser cette période difficile », avec de nombreuses informations jointes, des vidéos, des conseils, des données qu'il nous a fallu souvent rechercher sur les conditions concrètes d'accueil durant le confinement et le déconfinement dans les différents établissements.

- Nous avons proposé au CHS La Chartreuse et au CHU Dijon-Bourgogne de mettre en ligne, sur notre site Internet, des vidéos courtes adaptées au confinement et au COVID-19 et de les diffuser largement aux adhérents, aux sympathisants et à notre siège national. Les deux Centres hospitaliers ont accepté. La diffusion des vidéos aux adhérents, aux sympathisants, au Siège de l'UNAFAM et aux principaux partenaires s'est effectuée à partir des pages départementales Côte-d'Or du site Internet sous le titre « Les COVID'EO » :

- 1ère vidéo le 2 avril : Professeur Chauvet-Gélinier, message de soutien
- 2ème vidéo le 6 avril : Professeur Chauvet-Gélinier, comment réagissent les malades
- 3ème vidéo le 9 avril : Professeur Chauvet-Gélinier, réflexion sur le confinement
- 4ème vidéo le 26 avril : Julie Chartier et Sylvie Walch, diététiciennes au CH La Chartreuse, Alimentation et confinement
- 5ème vidéo le 11 mai : Emilie Honiat, éducatrice au CH la Chartreuse, et Damien Patouillet, Activités physiques et confinement
- 6ème vidéo en juin : Emilie Honiat, éducatrice au CH la Chartreuse et Jordan Gillier, Activités physiques adaptées en pleine nature

Sommaire détaillé

L'UNAFAM 21 ET LE COVID-19 RETOUR D'EXPÉRIENCE

par Jean-Louis Laville

Président de l'UNAFAM 21 p.2

Quelques adhérents ont apporté leurs témoignages sur leur vécu pendant le confinement p.4

Présentation du nouveau site internet de l'UNAFAM 21 p.7

Les effets du confinement sur nous-mêmes

par le docteur Juliette Martin p.8

Qu'en dit la presse : deux articles de journaux, Libération et Télérama p.9

Recommandations du ministère des solidarités et de la santé

«Post confinement : repérer les impacts du confinement sur la santé des enfants» p.12

Mesures d'isolation, contention et soins sans consentement p.13

Résumé de la note d'information de mai 2020 du

DISPOSITIF CONTACT COVID DE L'ASSURANCE MALADIE p.14

Informations de nos partenaires locaux p.16

Appel à nos adhérents pour participer au courrier des lecteurs du LIEN p.18

Quelques adhérents ont apporté leurs témoignages sur leur vécu pendant le confinement

Bonjour à vous toutes et tous,

Merci de prendre de nos nouvelles.

Je n'ai pas vu mon fils depuis mi-Janvier 2020. J'ai pris régulièrement de ses nouvelles par téléphone. Il ne veut pas faire de psychothérapie au CMP dont il dépend et revoir pour un point un médecin psychiatre.

C'est bien là notre problème depuis qu'il a été hospitalisé sous contrainte à Dijon en 2017. Il a été traumatisé par cette hospitalisation, il est dans le déni de ses troubles. Seul l'épisode aigu a été résolu à l'hôpital. Aucun suivi obligatoire légalement pour le patient «grâce» à ces lois qui défendent plus le patient que les nécessités de soins quand elles s'imposent.

Je suis impuissante depuis que mon fils est sorti de l'hôpital.

Donc pendant le confinement, mon fils a eu 3 contraventions, dont 2 pour l'attestation coronavirus. Elle était bien complétée, mais à priori la sortie n'était pas conforme, c'est un peu flou.

Aujourd'hui, à l'heure du déconfinement, mon fils ne souhaite pas nous voir pour le moment, il veut «sortir». Je lui ai envoyé des sms pour lui dire de commander des masques, que je pouvais le dépanner de certains masques en attendant l'arrivée de sa commande. Je n'ai pas eu de réponse. Je lui ai proposé de venir chez lui quand il le souhaitait car il a des soucis de voiture, afin qu'il ne soit pas verbalisé car son contrôle technique a six mois de retard (1 contravention en plus pour ça).

J'aurai aimé le voir, constater comment il allait, essayer de le guider. Mais je n'ai aucun écho de sa part.

Je suis inquiète pour lui, je trouve que son état diminue, j'aimerais qu'il parle à une psychologue, qu'il vide son sac comme on dit. Il est angoissé, il me dit qu'il est perdu pendant cette période de confinement, qu'il a été privé des libertés, les plus élémentaires selon lui etc...

Je suis une maman très préoccupée pour son fils et je regrette la bêtise des lois qui empêchent les patients qui en ont besoin de les inciter d'une manière ou d'une autre à se soigner et d'aller voir des pro-

fessionnels afin qu'ils soient traités et qu'ils soient plus équilibrés.

Je suis triste de cette situation d'impuissance, je tourne en rond.....

Isabelle

x x
x

Bonjour,
voici en quelques lignes notre ressenti :

période de confinement

Assez bien vécue, car nous n'avons pas vraiment le choix, et nous étions plutôt privilégiés pour vivre cet épisode.

Le temps s'est écoulé grâce à diverses activités:

- rangement de notre maison et embellissement de notre propriété de 2000 m2 (cela n'a jamais été aussi clean)
- nous avons régulièrement échangé par tel avec nos amis, nos familles, et périodiquement discuté avec nos voisins, tout en respectant la distanciation
- nous avons fait 5 km de marche par jour, en grande partie dans la forêt que jouxte notre maison. (tout en restant dans un rayon d'1 km)
- et enfin de voir notre fille malade plutôt bien gérer la chose, et de pouvoir de visu échanger par skype tous les dimanches était un bonheur, et très rassurant.

Il faut dire que par temps ordinaire notre fille, de par sa maladie, est déjà malheureusement en partie confinée. De même les mails reçus de l'Unafam, nous ont permis de renforcer notre moral (Nous remercions M Vidiani Georges qui est à l'origine d'un bref échange du groupe 4 par Skype).

Enfin je fais partie d'une association, dont je suis le trésorier, et dont le conseil d'administration a décidé de remercier les soignants, en leur offrant des chocolats pour Pâques (hôpital+4 epadh).

Cette pandémie douloureuse a mis en valeur des gens qui ont été extraordinaires de courage (personnel soignant, caissières, chauffeurs, éboueurs ...) et nous espérons (sans trop y croire) que demain ne sera effectivement plus comme avant, et que les valeurs de notre société vont évoluer sur le partage et le bien vivre ensemble...!

période de déconfinement

Que du bonheur de pouvoir aller voir notre fille, de ne plus remplir d' attestation, d'avoir à nouveau une vie sociale... tout en étant vigilants sur les règles à respecter, pour ne pas revenir en arrière, car ce serait très mal vécu... mais possible.

Finalement il faut être optimiste et se rendre compte que la vie est belle lorsque les valeurs humaines prennent le dessus.

Bien cordialement à tous

Christian

x x
x

Bonjour M. Laville et Georges

Mon mari, son âge et son cancer, mon frère, son âge et sa psychose grave, et moi, mon âge et mon diabète avons passé le cap du confinement cahin caha et nous espérons ne pas être rattrapés au tournant par ce virus à l'occasion du déconfinement. Je vous remercie pour vos nombreux messages de soutien, accompagnés des trouvailles de "Georges", poétiques (les images du printemps par exemple) ou instructives (les musées virtuels). Ces adresses m'ont permis de "visiter" des musées où je ne serais pas allée "en vrai" à cause de difficultés de trajets. Même si la véritable visite est meilleure, celle depuis son canapé est très bien aussi ! Cette créativité pour inventer des soutiens au moral est un grand espoir pour la suite.

Mon frère, placé difficilement en EHPAD depuis mi janvier, commence à s'adapter loin de sa vie d'avant dans une maison inconfortable où il s'enfermait et était malheureux, poursuivi par ses nombreuses peurs des maladies et de la mort. Maintenant, c'est la peur du virus qui prend toute la place, mais il est bien entouré par de nombreuses jeunes femmes (et quelques hommes aussi) dévouées et compréhensives.

J'ai souvent pensé que c'était une bonne chose que ce confinement tombe au printemps quand il y avait tant de réveils à guetter dans le jardin. Même si ce printemps était confisqué à cause du manque de visites au parc de la Colombière. Je n'ai pas vu, cette année, les bourgeons des marronniers éclater, ni les nouveaux chevreaux, et c'est dommage! Qui dit

que j'aurai un autre printemps pour les admirer? Si ce confinement avait été en novembre, quels petits bonheurs aurions nous eu à voir? Bise, pluie grise, ciel bas et soirées interminables...Aujourd'hui, le petit piaf qui s'escrimait à arracher un brin d'herbe sèche pour son nid est poursuivi par des piaillards qui réclament leur pitance. La vie continue!

Merci pour tout.

Danielle.

x x
x

Pour notre famille, il faut dire que les inquiétudes n'ont été pas justifiées, jusqu'ici, par les faits. Nos fils malades psychiques à Blois et en Angleterre n'ont pas eu de difficultés particulières, et les contacts par téléphone WhatsApp et Skype ont très largement permis le soulagement des angoisses ponctuelles des uns et des autres. Le déconfinement avec limite de 100 km ne change pas grand chose en terme de retrouvailles. Nos proches ont plutôt compris les restrictions et les ont vécues aussi bien que nous.

Marie-Françoise mère de Guillaume télétravaille, et John père de Ben est capable de faire face à une partie importante de ses obligations bénévoles de chez lui. Nous avons chacun nos ordinateurs et imprimantes. Un bon débit internet, grâce à la fibre optique et aux abonnements en fonction, nous a permis de communiquer vers l'extérieur sans difficulté pratique.

Courage à tous ceux qui non pas eu cette chance, et oui, peut-être le plus dur c'était l'annulation de nos dernières séances de Profamille.

Marie-Françoise et John



photo : Christine

Confinement et rapprochement

Le confinement... **Un moment surréaliste** où mon fils, privé brutalement de visites, est revenu à la maison.

Un moment rare de rapprochement **où on se retrouve presque à égalité** : Lui qui a l'habitude de «confiner dans sa maladie», et ses vieux parents obligés eux aussi de se confiner pour se protéger. On se laissait tous les trois envahir par une certaine léthargie, rythmée seulement par les repas, les émissions de radio, les journaux, quelques rangements obsessionnels, quelques mails plus ou moins distrayants... Et aussi, avec lui, une expérience unique : lire à haute voix un livre entier. Une façon de parler, **d'entendre ensemble dans le silence la mélodie des mots**.

L'entourage au téléphone commençait à comprendre ce que peut être une maladie mentale comme la schizophrénie, une **maladie du repli où l'on n'a plus le courage de faire**, de se mettre en route, d'entreprendre, de se concentrer sur une tâche.

Moi aussi, il me fallait un **effort pour sortir**, pour aller voir le printemps, pour aller voir les façades des maisons, les reliefs de la ville, ce qui restait de vie dans les rues. Seul mon appareil photo m'a aidée à bouger et à découvrir le monde un **kilomètre à la ronde**...

Christine, **14 mai 2020** après 2 mois de confinement



photo : Christine

Bonjour,

Depuis le 17 mars, François est auprès de nous, ayant choisi de rentrer au lieu de rester à l'UCC. D'habitude, il a une permission chaque semaine, du jeudi soir au dimanche soir. Il se reposait beaucoup et s'occupait un peu (mots fléchés, un peu de cuisine et de lecture), sans se décider à reprendre certaines activités comme la peinture. Pendant tout le confinement, il s'est fait un petit emploi du temps très régulier et varié (lecture, cuisine, mots fléchés et mêlés, coloriage, peinture, dessin et un peu d'exercice quotidien). Il a continué de s'occuper seul de son traitement. Il est resté agréable, souriant et calme. Pour moi, cette période s'est très bien passée, encore mieux que les permissions. J'ai cru sentir qu'il était bien. Paradoxalement, cette période difficile lui a offert ce qu'il voulait dès qu'il a été hospitalisé (sous contrainte) : rentrer chez nous (même si c'est temporaire). Je n'appréhendais pas vraiment ce long séjour, je le souhaitais pour lui, et je me suis sentie bien aussi.

Voici mon témoignage. Cordialement,

Maguy

x x
x

Un GRAND MERCI pour les mails envoyés régulièrement, avec les ressources, les conseils et les petits trésors de Georges... Cette crise Covid-19 n'a pas toujours été facile à vivre à la maison, mon mari ayant connu de grandes angoisses, surtout au début du confinement... Mais, grâce à vous, je savais quoi faire, où trouver du soutien en cas de nécessité. Les informations que vous avez envoyées m'ont fait me sentir moins seule dans les moments difficiles ! Alors, merci encore !
Bel été et j'espère à bientôt !

Avec mes amitiés

Evelyne

Présentation du nouveau site internet de l'UNAFAM 21

AVEZ-VOUS DÉJÀ VISITÉ NOTRE SITE INTERNET ?

UNAFAM 21 - Côte-d'Or

www.unafam.org www.unafam.org/cote-dor

Faire face dans l'urgence

PERMANENCES UNAFAM CÔTE D'OR

SERVICES PUBLICS D'URGENCE PSYCHIATRIQUE

GROUPES DE PAROLE DIJON ET SEMUR

JOURNÉES CONVIVIALES

PROGRAMME PACO

ÉCOUTE FAMILLE UNAFAM NATIONAL

CONSEILS EN CAS DE CRISE

Faire face par les échanges...

Actualités

Covid 19 : Alimentation et confinement

Côte-d'Or 23 avril 2020

Faire face ensemble...

L'UNAFAM 21

ADHÉRER À L'UNAFAM 21

DEVENIR BÉNÉVOLE

PAROLES DE RÉCONFORT

Faire face par l'information et la formation...

* INDEX *
DOCUMENTATION MENU

* GLOSSAIRE *

NOTRE BULLETIN LE LIEN

AUDIO - VIDÉO

BIBLIOTHÈQUE

LES PRINCIPES DE KEN ALEXANDER

JOURNÉE D'INFORMATION TROUBLES PSYCHIQUES

FORMATION : ATELIER PROSPECT

FORMATION : PROGRAMME PROFAMILLE

FORMATION : MIEUX COMMUNIQUER AVEC SON PROCHE BIPOLAIRE

TOUTES LES FORMATIONS DE L'UNAFAM

Faire face avec les bonnes adresses...

SE LOGER

ROMPRE L'ISOLEMENT AVEC LES GEM

TRAVAILLER

TOUTES LES INFORMATIONS SUR LES TROUBLES ET LE HANDICAP PSYCHIQUE !

UNAFAM 21 - Côte-d'Or

www.unafam.org www.unafam.org/cote-dor

Un site Internet national complètement repensé

- Un menu très riche, avec une présentation claire et aérée et une navigation facile et agréable
- Des informations nombreuses sur les troubles et le handicap psychiques : les soins, les ressources et les aides, la protection juridique et l'accompagnement, l'éducation, le logement et l'emploi.
- Les services rendus par l'Unafam : l'accueil de proximité, l'écoute et la formation,
- L'organisation et les valeurs de l'association : ses actions, ses actualités, sans oublier l'extranet des bénévoles.
- À partir du site : contacter l'Unafam, appeler « Écoute famille », rencontrer des spécialistes, trouver une structure ou découvrir de bonnes pratiques.

Un site Internet départemental Côte d'Or très pratique

- Un accès direct ou à partir du site national par la rubrique « L'Unafam près de chez vous ».
- Une mise à jour très régulière et des actualités suivies
- Une possibilité de contact permanent : accueil téléphonique, permanences des bénévoles, services publics.
- Une source complète d'informations, avec :
 - tous les numéros du bulletin d'information Le Lien,
 - toutes les émissions de l'Unafam sur la radio RCF,
 - toutes les vidéos,
 - la présentation des conditions d'accès à la bibliothèque,
 - la présentation des différentes formations organisées par la Délégation Départementale ou l'association nationale,
 - la présentation des groupes de parole,
 - les journées détente,
 - les bonnes adresses pour se loger, pour rompre l'isolement avec les GEM et pour travailler,
 - la possibilité de faire face ensemble en rejoignant la Délégation Départementale, voire en y assurant des fonctions de bénévoles.

À BIENTÔT SUR LE SITE !



Docteur Juliette Martin

Les effets du confinement sur nous-mêmes

Depuis le 11 mai, le déconfinement dans le respect des règles sanitaires, a pris la place d'une période de confinement de presque 2 mois, parfois difficiles à vivre pour certains d'entre nous.

Alix Berthier a rencontré le docteur Juliette Martin, Médecin Psychiatre au Centre Hospitalier La Chartreuse qui lui a fait part de son sentiment sur ce long confinement et lui a indiqué comment ne pas se laisser envahir par cette période dans laquelle la santé mentale a pu être touchée.

Quels effets peut provoquer le confinement sur nous-mêmes ?

«Le fait d'être confiné en lui-même peut impacter la santé mentale dans l'idée qu'il y a une réduction des libertés... Ça peut générer de l'anxiété, accentuer les troubles du comportement (sommeil, addiction, alimentation). La situation peut être anxiogène même pour une personne qui ne l'est pas au départ. Ça peut générer un certain mal-être, de la tristesse. Et puis il y a les ruminations : l'incertitude de savoir si on va être malade ou pas, l'absence de lien social, la perte éventuelle d'un travail, la mise en chômage partiel... Sans oublier qu'on ne sait pas quand on va se débarrasser de ce virus qui touche

à l'humain mais aussi au social et à l'économique.»

Cette longue période de confinement peut-elle laisser des traces ?

«En fait, en médecine, nous avons déjà des situations médicales qui nécessitent un «confinement», par exemple les femmes enceintes qui présentent une menace d'accouchement prématurée. Ce sont des situations individuelles. Mais là, toute une nation confinée, c'est inédit. Ce qu'on peut dire, c'est que oui il peut y avoir un impact à plus ou moins long terme. On parle de stress post-traumatique par rapport au confinement. Il est aussi possible que les personnes souffrant déjà de troubles psychiques aient une recrudescence de ces troubles, car la situation de confinement peut les amener à des compensations. Il va peut-être y avoir une sur-demande des consultations psychiatriques. On va le voir à la levée du confinement. C'est sûr qu'il va falloir être très attentif à l'idée de l'impact du confinement sur la santé mentale, même pour des personnes qui n'avaient pas de fragilité ou d'antécédents psychologiques et psychiatriques. Des études ont été lancées durant ce confinement et devraient être très intéressantes.»

Quels premiers conseils donnez-vous pour évaluer notre santé mentale ?

«Si on se sent dépassé, ou qu'on ne gère plus ses émotions, il y a toujours la possibilité de s'adresser à des professionnels. Les libéraux ont largement développé la téléconsultation. Il y a des accueils d'urgence dans les hôpitaux en place. En Côte-d'Or, il y a la cellule de soutien psychologique mise en place dans une collaboration entre La Chartreuse et le CHU. Le médecin traitant peut aussi être le premier recours. Il ne faut pas hésiter à consulter si on sent que tout est vraiment trop lourd à supporter.»

Comment peut-on ne pas se laisser aller et ne pas s'enfoncer dans l'anxiété ?

«Il y a déjà l'importance de prendre soin de soi. C'est à dire : mettre en place une routine en planifiant certaines activités, éviter au maximum d'inverser

le rythme jour/nuit, ne pas décaler le rythme veille/sommeil... Ensuite, c'est mettre en oeuvre des actions qui vont avoir du sens pour soi, faire des choses qui nous plaisent, se recentrer sur des activités qui nous apportent du bien-être, tout cela en faisant attention à une alimentation saine, équilibrée, en essayant de pratiquer un peu de sport à la maison. Beaucoup d'applications et vidéos le permettent, comme d'autres permettent de garder le lien social. La crise de calme du Petit BamBou, le travail sur la cohérence cardiaque avec RespiRelax, la méditation avec Christophe André, les applications de bruits blancs pour l'endormissement donnent de bonnes astuces. En fait, en confinement, il faut abandonner les idées de lutte contre soi-même et trouver des moyens de réguler ses émotions. La relaxation peut être un bon moyen pour cela. Quant à l'information, il ne faut pas tout couper car ça pourrait provoquer de l'anxiété pour le coup mais il est préférable de sélectionner ses sources, de ne pas prendre comme argent comptant la première information.»

Faut-il obligatoirement faire un bilan de sa santé mentale à la sortie du confinement ?

«Si des facteurs deviennent embêtants, comme par exemple des cauchemars récurrents, si ça devient une vraie gêne, alors il faut consulter. Mais il est évident qu'il faut consulter si on souffre de quelque chose.»

Propos recueillis par Alix Berthier



l'Ouche derrière l'ancien hôpital général

Qu'en dit la presse :

deux articles de journaux , Libération et Télérama



Covid-19 : nouvelles du front des fous (EXTRAIT RESUME)

Eric Favereau 5 mai 2020 : entretiens auprès de divers médecins (en italique)

L'hôpital psychiatrique a bien tenu le coup. Les malades longue durée n'ont pas craqué avec le confinement. En revanche, les urgences ont vu affluer des patients inconnus jusque-là.

C'est la bonne surprise, inattendue et réconfortante. Alors que bon nombre de psychiatres redoutaient ces dernières semaines les conséquences du confinement pour leurs patients, les choses se sont plutôt bien passées

«Le confinement ils connaissent». «Certains patients n'ont pas vu de grande différence. Ce qui est très lourd, ce sont les angoisses sans objet. Là, il y avait un objet.»

De fait, cette bonne surprise se retrouve un peu partout, dans les hôpitaux psychiatriques.

«Nos patients que l'on voyait en ambulatoire, s'en sont également bien sortis. On a continué à les suivre avec les téléconsultations. Cela a bien fonctionné. Et quand on n'avait pas de nouvelles, on allait les voir»

La psychiatrie, parent pauvre du Covid-19

A côté de cette bonne surprise, il y a le contexte. Cette crise sanitaire n'a fait que confirmer que la psychiatrie publique reste le parent pauvre de notre système de santé avec d'immenses difficultés pour récupérer des masques et des tenues de protection.

Ceux qui perdent la tête

Le coronavirus a fait affluer vers des hôpitaux des patients inconnus jusque-là du monde de la santé mentale : des personnes qui craquent après des semaines de confinement à leur domicile.

«Au début, l'activité s'était effondrée. Et depuis quelques semaines, nous voyons arriver des

jeunes, sans antécédent. Ils présentent des bouffées délirantes aiguës. Aussi bien des garçons que des filles. On a regardé s'il y en avait plus qu'avant. C'était bien le cas. Et on ne s'y attendait pas du tout»,.

Comment peut-on l'expliquer ? Quels sont les éléments déclenchants ? *«Bien sûr il y a le climat très anxiogène de ce confinement, mais il y a aussi parfois des conditions de logement très difficiles qui rendent le confinement très tendu. On s'attendait à voir nos malades habituels, et bien non. Certains de mes collègues ont mis en avant des hypothèses sur l'usage de toxiques [médicaments notamment, ndlr], abus de drogues ou de drogues nouvelles. On va essayer de comprendre. Peut-être ? Mais on n'a pas de réponses.»*

En tout cas, ces bouffées délirantes se soignent assez vite, même si elles peuvent présager d'une entrée dans une maladie mentale...

Et si les antipsychotiques se révélaient anti-coronavirus ?

Dans la course aux traitements contre le Covid-19, voilà que ces jours-ci sont apparus les molécules antipsychotiques, et en particulier le largactil, une molécule autrefois très largement prescrite en psychiatrie.

Selon des chercheurs de l'hôpital Sainte-Anne à Paris, les services de soins en psychiatrie ont constaté un faible nombre de formes symptomatiques et sévères du Covid-19 chez les patients atteints de troubles psychiques.

«Pourtant, les populations concernées présentent des tableaux cliniques (surpoids, troubles cardiovasculaires) les plaçant a priori dans les catégories à risque», notent ces chercheurs. Or, dans le XVe arrondissement de Paris et au sein de l'hôpital, «alors qu'en moyenne 19 % du personnel médico-soignant avait contracté le Covid-19, seuls 3 % des patients hospitalisés ont été dépistés positifs. C'est peu. Des retours similaires ont été rapportés de Chine, d'Italie, d'Espagne et d'autres hôpitaux de l'Hexagone».

Coincidence ou lien de causalité. *Et si les neuroleptiques agissaient comme un inhibiteur de l'entrée du virus dans les cellules ?* Une hypothèse qui reste évidemment à vérifier.

Télérama

(deux articles)

LA PSYCHIATRIE TOUCHE LE FOND

Résumé de l'article de Younbess Bousema paru dans Télérama du 17/06/2020



« Quand on manque de personnel pour contenir l'angoisse du patient on endort cette angoisse avec des médicaments »

Fin mars, alors que le pays s'installe dans le confinement, des masques et du gel hydroalcoolique sont distribués aux hôpitaux sauf... aux psychiatres. Etourderie ? Il a tout de même fallu assurer les soins au moment où les effectifs baissaient ; jongler avec les règles du confinement pour assurer l'hôpital de jour ; garder plus que prévu sans-logis et sans-papier faute d'établissements pour les accueillir.

Certes avec un budget de 23 milliards d'euros, la psychiatrie est le 1er poste de dépense de l'Assurance Maladie. Mais depuis des années, la filière tire la sonnette d'alarme pour réclamer plus de moyens. Car la psychiatrie française souffre d'une gestion managériale imposée aux établissements (comme à l'ensemble du monde hospitalier).

Depuis 1960, la psychiatrie est organisée en sec-

teurs. Des zones géographiques d'environ 70 000 habitants dont le but initial était de désenclaver les asiles. Mais aujourd'hui les centres médico-psychologiques (CMP), portes d'entrée de cette approche de proximité sont saturés. Il faut en moyenne 3 mois pour obtenir un rendez-vous. Conséquence, les services d'urgence sont débordés et les pathologies mal cernées et traitées tardivement.

Cette organisation n'empêche pas des inégalités territoriales. Ainsi pour 100 000 habitants, l'Allier dispose de 279 lits à l'hôpital quand la Meurthe et Moselle n'en compte que 83,2. Elle pâtit aussi de son délitement où le taux d'occupation des lits, à l'hôpital, peut dépasser les 100%.

Alors, certains prônent la fin de la sectorisation avec l'évaluation des malades dans des Centres Experts qui proposent au patient d'établir, en 2 jours, un diagnostic personnalisé assorti de recommandations et d'un bilan biologique.

Mais cette optique qui a émergé dans les années 90 ne serait-elle pas poussée par les laboratoires ? Au détriment de la psychanalyse et de la psychiatrie pensent d'autres « Car qui dit symptôme dit médicament, là, où en psychiatrie, le diagnostic est souvent long à établir ». Ceux-ci préfèrent voir l'élaboration « avec chaque patient de stratégies singulières pour trouver une guérison par l'intérieur ».

D'autres encore proposent de réorganiser la psychiatrie en secteur géographique redéfini à l'échelon départemental et complété par 2 niveaux d'accueil : les Centres Experts capables de proposer des tests inaccessibles ailleurs et des centres de référence pour des pathologies plus longues.

Malgré de nombreux rapports écrits depuis 20 ans, aucune mesure structurante n'a été définie. La crise du coronavirus sera peut-être l'occasion d'une accélération car elle a permis, dans certains services, la création d'une unité Covid, avec des lits, des généralistes et des psychiatres dédiés. Cette union augure-t-elle d'une éclaircie ?

«LA PÉDOPSYCHIATRIE EST TOUJOURS OUBLIÉE» (extrait)

Le Territoire de Belfort compte un pédopsychiatre pour trente-sept mille enfants. Beaucoup mieux qu'en Creuse, où il est devenu «*quasiment impossible*», dicit la mission parlementaire, d'obtenir une consultation pour les mineurs. Ils représentent pourtant le quart des deux millions et demi de personnes suivies en psychiatrie en France. Sur le temps long, le désengagement apparaît structurel. Le nombre de lits à l'hôpital s'est écroulé de 70 % entre 1986 et 2000 ! Quant au nombre de praticiens, il a été divisé par deux entre 2007 et 2016. Pour Nathalie Batardière, pédopsychiatre au centre hospitalier de Saumur, sa discipline est «*toujours oubliée*», alors même qu'elle est l'une des plus complexes de la santé mentale. «*Notre métier consiste à prendre en charge des personnes de la conception à la majorité, mais aussi leurs parents : un enfant tout seul, ça n'existe pas. La pédopsychiatrie est au carrefour du soin de la famille et de l'éducation.* » Sa complexité tient aussi à l'évolution rapide des enfants. Mais les restrictions budgétaires ont peu à peu porté atteinte à cette capacité d'apporter le soin, tout en générant un épuisement chez les professionnels, quand ce n'est pas de la détresse. Nathalie Batardière se souvient du cas récent d'un adolescent hyper angoissé et souffrant d'hallucinations envoyé par une infirmière scolaire. «*il a fallu attendre un mois pour lui trouver un lit, alors qu'il y avait un risque grave de passage à l'acte.* » Cette pénurie généralisée oblige à bricoler. La pédopsychiatrie a dû utiliser son réseau informel pour réussir à le placer à l'hôpital. C'est aussi avec les carences de la Justice et des services sociaux qu'il faut jongler. «*Nous avons des cas de jeunes battus qui restent dans leur famille faute de placement. Ça nous démoralise.* » Dans ce contexte difficile de stimuler les vocations.

«*Quand les jeunes voient ça, ils se détournent.* » Durant le confinement la pédopsychiatrie a dû gérer, avec son équipe, une situation plus compliquée encore, en s'inquiétant pour tous ceux qu'elle a perdus de vue. «*On lutte contre le temps.* »

Avec la peur, partagée par ses collègues en charge des adultes, que les mois à venir n'amènent vers la psychiatrie une vague de traumatisés du Covid, dont il faudra bien s'occuper. Quoi qu'il en coûte.

POST CONFINEMENT : REPÉRER LES IMPACTS DU CONFINEMENT SUR LA SANTÉ DES ENFANTS

(d'après les recommandations du Ministère des Solidarités et de la Santé)

En sortie de confinement et lors de la reprise d'une vie normale, le repérage et la prise en charge des impacts éventuels du confinement sur la santé des enfants, de même que le rattrapage des consultations préventives et, en particulier des 20 examens médicaux obligatoires prévus en fonction de l'âge de l'enfant, ou de soins non réalisés deviennent les enjeux principaux.

L'impact sanitaire qu'il importe de prévenir et de prendre en charge résulte de l'impact indirect de la pandémie, à savoir les conséquences du confinement sur la vie et la santé des enfants.

Les effets délétères attendus du confinement peuvent porter sur plusieurs dimensions de la santé de l'enfant : troubles psychologiques et troubles de santé mentale, conditions de vie précaires des familles et donc des enfants.

Accompagner la sortie du confinement

La sortie du confinement que les enfants ont pu vivre difficilement et le retour à une vie normale constituent en eux-mêmes un défi sanitaire. Un retour difficile en milieu scolaire (difficultés propres à la scolarité interrompue le temps du confinement) ;

- Une rupture de la continuité de prise en charge de maladies chroniques et/ou de situation de handicap ;
- L'adoption d'habitudes et de comportements acquis pendant le confinement concernant la sédentarité, l'activité physique ou encore l'utilisation des écrans ;
- Un vécu difficile avec des deuils familiaux ou une culpabilisation d'avoir transmis la maladie à des proches plus âgés.

Repérer les enfants fragilisés par le confinement

Le HCSP (Haut Conseil de la Santé Publique) recommande notamment, dès la sortie de confinement, de porter une attention particulière aux modifications des comportements des enfants afin de les prendre en charge le plus précocement possible.

C'est dans cet objectif que des outils ont été élaborés pour aider les professionnels mais également tous les adultes en contact avec un enfant, à repérer des signes évocateurs de troubles psychologiques et somatiques.

Pour les professionnels en contact avec l'enfant (professionnels de l'éducation nationale, professionnels de la petite enfance, etc.) ou les parents, il s'agit de repérer des signes (tristesse, anxiété, stress post-traumatique, addiction, retour difficile à l'école, etc.) qui permettront d'attirer leur attention vers les difficultés particulières de l'enfant afin que les parents prennent l'avis d'un professionnel de santé.

Dans cet objectif, un tableau listant les signes d'alerte est proposé :

Repérer/Observer/Évoquer les modifications du comportement ou les aggravations de difficultés antérieures qui se traduisent par des signes d'alerte évocateurs d'une souffrance psychique :

- Repli sur soi, isolement, pleurs fréquents, tristesse
- Ralentissement ou stagnation des acquis chez le jeune enfant
- Anxiété, peurs excessives dans les circonstances de la vie ordinaire
- Désintérêt pour les jeux, les activités scolaires, ou les contacts avec les pairs
- Comportements agressifs vis-à-vis des autres enfants/des adultes
- Aggravation/révélation d'une phobie scolaire, qui peut révéler une situation de harcèlement antérieure
- Troubles du sommeil : cauchemars, terreurs nocturnes

Souffrance exprimée par l'enfant ou ses parents

- Souffrance liée à des événements traumatiques (liés ou non au Covid19 : décès dans la famille, hospitalisation en urgence d'un parent...) : tristesse insurmontable, sentiment de culpabilité

- Inquiétudes liées aux difficultés financières, chômage/ activité professionnelle du parent.
- Anxiété
- Idées suicidaires
- Plaintes fréquentes : mal au ventre, à la tête.....,

Impacts du confinement sur les habitudes de vie et difficultés durables à revenir « à la normale »

- Décrochage scolaire
- Habitudes alimentaires : excès consommation d'aliments sucrés/gras/salés, insuffisance fruits/légumes ; chez le nourrisson passage prématuré au lait de vache etc....
- Activité physique insuffisante, constatation d'une prise de poids excessive ou d'un amaigrissement
- Ecrans : consommation excessive, difficultés à revenir à la normale /signes évocateurs d'une addiction,
- Addictions : aggravation, apparition ou découverte à l'occasion du confinement
- Désorganisation du cycle veille/sommeil : exposition insuffisante à lumière naturelle, rythme familial décalé
- Accidents domestiques favorisés par le confinement

Chez l'enfant atteint de handicap ou de pathologies chroniques

- Régression des acquis chez l'enfant handicapé
- Les traitements habituels ne sont plus fournis par les parents
- Signes de suivi insuffisant/inobservance thérapeutique (crises d'asthme, problèmes de régulation de glycémie chez l'enfant diabétique etc..)

Violences/négligences

- Signes évoquant des violences physiques ou psychologiques sur l'enfant (parents, fratrie...)
- Exposition de l'enfant aux violences conjugales
- Constatation de plaies, blessures, brûlures mal soignées pouvant évoquer une possible maltraitance

XX
X

MESURES D'ISOLATION, CONTENTION ET SOINS SANS CONSENTEMENT

Conseil Constitutionnel

Le Conseil Constitutionnel vient de déclarer contraire à la Constitution les dispositions de l'article L.3222-5-1 du Code de la santé publique encadrant les mesures d'isolement et de contention en ce qu'elles ne prévoient pas, au-delà d'une certaine période, le contrôle du juge judiciaire.

Dans sa décision du 19 juin 2020, le Conseil constitutionnel a relevé que, si le législateur a prévu que le recours à l'isolement et à la contention ne peut être décidé par un psychiatre que pour une durée limitée, il n'a pas fixé cette limite ni prévu les conditions dans lesquelles, au-delà d'une certaine durée, le maintien de ces mesures est soumis au contrôle du juge judiciaire.

Aucune disposition législative ne soumettant le maintien à l'isolement ou sous contention à une juridiction judiciaire, le conseil constitutionnel a jugé contraires à la Constitution les dispositions contestées. L'abrogation de ces dispositions est arrêtée au 31/12/2020.

L'Unafam sera attentive aux modifications législatives que le gouvernement va devoir élaborer et faire adopter d'ici à la fin 2020 pour répondre à l'injonction du conseil constitutionnel.

L'avis de la Contrôleure Générale des lieux de privation de liberté

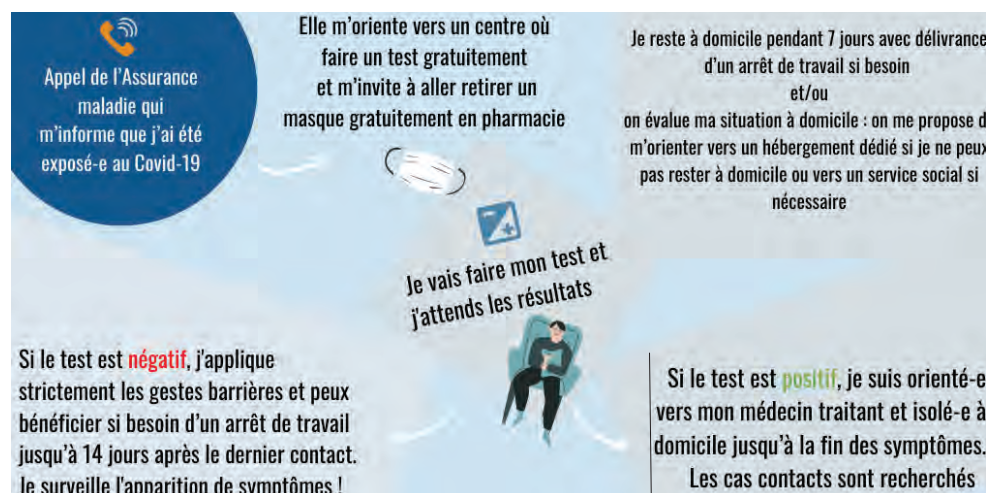
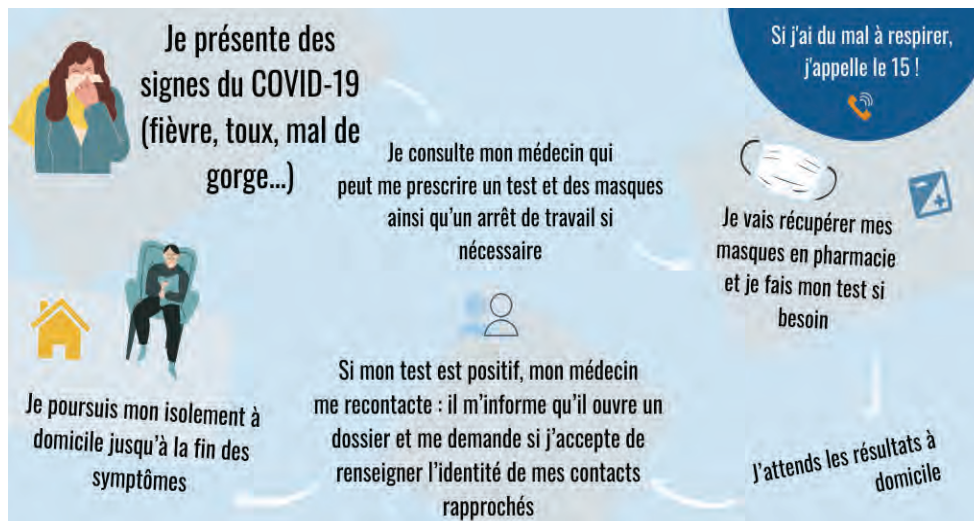
Adeline Hazan, qui quitte son poste ces jours-ci, a formulé dans un rapport sur les soins sans consentement publié le 17 juin 2020, 67 recommandations pour améliorer la prise en charge des personnes hospitalisées. Elle arrive à la conclusion qu'une « réforme d'ampleur » de la psychiatrie est nécessaire et ne pourra pas se passer d'une refonte législative.

Sorti en librairie ce 17 juin aux éditions Dalloz, le rapport sera disponible en intégralité sur le site Internet du contrôleur général des lieux de privation de liberté à partir du 15 juillet.

Résumé de la note d'information de mai 2020 du DISPOSITIF CONTACT COVID DE L'ASSURANCE MALADIE

Le dispositif Contact Covid mis en place par l'Assurance maladie avec le concours des médecins de ville, à partir du 13 mai, a pour objectif de permettre de casser les chaînes de circulation du Covid-19. Il s'agit d'identifier les personnes infectées et leurs contacts proches susceptibles d'avoir été contaminés tout en leur permettant de pouvoir être suivis médicalement et accompagnés sur le plan social si besoin et avec leur accord. Ce dispositif est mis en place afin d'éviter une recrudescence de l'épidémie et un potentiel reconfinement général de la population.

Comment ça fonctionne concrètement ?



Qu'est-ce qu'un « cas contact » ?

- Les personnes ayant partagé le même lieu de

vie qu'une personne ayant le Covid-19 ;

- Les personnes ayant eu un contact direct avec une personne ayant le Covid-19, en face à face, à moins d'1 mètre, quelle que soit la durée (ex. conversation, repas, flirt, accolades, embrassades) ;
- Les personnes ayant fait / reçu des actes d'hygiène /soins à une personne ayant le Covid-19 ;
- Les personnes ayant partagé un espace confiné (bureau, salle de réunion, véhicule personnel...) pendant au moins 15 minutes ou étant resté en face à face durant plusieurs épisodes de toux ou d'éternuement avec une

personne ayant le Covid-19.

- Les élèves ou enseignants de la même classe scolaire qu'une personne ayant le Covid-19.

Suis-je obligé de déclarer mes « cas contacts » au médecin ?

Il n'y a aucune obligation à déclarer ses cas contacts à son médecin ou aux agents qui vous contacteront en cas de test positif. Néanmoins, cette démarche permet de les informer d'une exposition au virus et de pouvoir bénéficier le plus tôt possible d'un suivi médical et éventuellement social, pour éviter qu'ils exposent d'autres personnes à leur tour. Cela permet ainsi de

casser la chaîne de circulation du virus. Par ailleurs, votre identité ne sera dévoilée qu'avec votre accord.

Qui fait partie des « brigades sanitaires » ?

Ce sont des agents habilités par l'Assurance maladie et les Agences régionales de santé (personnels médicaux, paramédicaux, agents ayant l'habitude d'accueillir du public), formés, et soumis au secret médical ou professionnel. Ils ont pour mission d'appeler les « cas contacts » recensés par les médecins sur la plateforme Contact Covid, afin de les informer de leur exposition au virus et de les accompagner dans leur suivi médical et social.

Quelles données sont enregistrées sur la plateforme Contact Covid ?

- Les données d'identification dont le numéro de sécurité sociale et de rattachement
- Les coordonnées de contact et relatives à l'hébergement de la personne,
- Les données concernant la santé, strictement limitées au statut virologique ou sérologique des personnes,
- Les données relatives à la situation de la personne au moment de son dépistage (hospitalisée, à domicile ou déjà à l'isolement),
- Les données nécessaires à la réalisation des enquêtes sanitaires pour établir notamment des chaînes de transmission ou « clusters »
- La déclaration d'un besoin en accompagnement social et d'appui à l'isolement

Les informations concernant les cas contacts ne sont enregistrées que si vous acceptez de les transmettre.

Vous pouvez vous opposer à ce que vos données soient utilisées pour des études ou des évaluations.

En complément de Contact Covid, une autre plateforme, appelée SI-DEP (système d'informations et de dépistage), recense l'ensemble des tests effectués et traitent les résultats. Cette plateforme est gérée par le Ministère de la Santé en partenariat avec l'Assistance Publique Hôpitaux de Paris, Santé Publique France et les systèmes d'information des laboratoires.

Les informations recueillies pourront notamment être utilisées, anonymement, pour assurer un suivi épidémiologique. Elles peuvent également être utilisées à des fins de recherche, mais vous avez la possibilité de vous opposer à l'utilisation de vos données dans ce cadre.

Qui a accès aux données enregistrées sur la plateforme Contact Covid ?

La plateforme Contact Covid est développée par l'assurance maladie qui en assure la responsabilité totale. Seules les personnes habilitées par l'Assurance maladie et les Agences Régionales de Santé (ARS), soumises au secret médical pour les personnels médicaux, et au secret professionnel pour les personnels non médicaux, ont accès à l'ensemble de vos données.

Les pharmaciens et les laboratoires n'ont qu'un accès limité à la plateforme avec la seule indication que vous pouvez bénéficier de la délivrance de masque gratuitement ainsi que d'un test.

Si vous souhaitez bénéficier d'un accompagnement social, seules des données d'identification (nom, prénom coordonnées) sont transmises à des cellules d'appui à l'isolement organisées par le Préfet avec les services communaux (Centre Communal d'Action sociale) ou associatifs (Croix Rouge par exemple).

Combien de temps les données enregistrées sur la plateforme Contact Covid seront conservées ?

Les données personnelles identifiantes ne pourront être conservées que 3 mois après la collecte, sachant que cette plateforme ne restera active que dans un délai maximum de 6 mois après la fin de la période d'urgence sanitaire.

Y-a-t-il un lien entre le dispositif Contact Covid et l'application Stop Covid ?

Non. Les données du dispositif Contact Covid ne sont pas utilisées dans le cadre d'applications, du type Stop Covid. La loi du 11 mai 2020 stipule même que : « *Sont exclus de ces finalités (du dispositif Contact Covid) le développement ou le déploiement d'une application informatique à destination du public et disponible sur équipement mobile permettant d'informer les personnes du fait qu'elles ont été à proximité de personnes diagnostiquées positives au covid-19* ». **Il n'y aura donc aucune utilisation des données enregistrées pour le développement d'un système de géolocalisation.**

INFORMATIONS DE NOS PARTENAIRES LOCAUX

INFORMATIONS DU CENTRE HOSPITALIER LA CHARTREUSE (d'après l'article d'A. Robert du Bien Public du 29/05/20)

La plateforme téléphonique de soutien psychologique mise en place par Le CH La Chartreuse et le CHU de Dijon pendant le confinement a cessé vendredi 29 mai à 18h.

Elle a mobilisé 26 professionnels et reçu 550 appels durant les dix semaines d'activation. Le but du dispositif était d'apporter au grand public le professionnalisme et les compétences d'écouter. Le nombre d'heures d'entretien s'est élevé à 190 heures allant de 25 minutes à parfois 1 heure. Quant au profil des appelants, la moitié n'émanait pas de personnes déjà suivies en psychiatrie ; 67% provenaient de femmes seules et ¼ de seniors isolés. Les motifs des appels étaient surtout liés au confinement avec des angoisses et des inquiétudes face à l'isolement imposé. Avec le déconfinement, les craintes ont été levées c'est ce qui a entraîné la suspension de la plateforme. La reprise d'une vie normale n'a pas causé d'anxiété particulière. La plateforme sera susceptible d'être réactivée selon l'évolution de la situation sanitaire.

DISPOSITIFS D'ECOUTE ET DE SOUTIEN EN COTE D'OR

- **Urgences psychiatriques assurées 24/24 au CHU de Dijon Bourgogne . Régulation centre 15**
- **POP : 03.80. 42.48.23** Plateforme d'Orientation Psychiatrique du Centre hospitalier La Chartreuse
- 03 80 49 78 45 : Permanence téléphonique **UNAFAM 21 (aidants, proches, familles)** : 7 jours sur 7, de 8h00 à 20h00.
- 03 80 89 62 31 : Cellule de soutien **CH de Semur-en-Auxois** – 9h00 – 17h00 ou par mail : soutien.psy@ch-semur.fr
- 03 80 45 23 07 : **AREA** : dispositif d'écoute et de soutien psychologique pour les jeunes (entre 11 et 26 ans), pour les internes et les étudiants des champs de la santé et du médico-social.
- 03 80 30 54 13 : **Dépendances 21**. Accueil téléphonique pour les malades souffrant d'addiction et pour leur famille et proches. Accueil réalisé en partenariat avec différentes structures de soins. Ouvert de 8h à 20h. 7 jours sur 7.

REVALORISATION DES MONTANTS FORFAITAIRES :

Trois décrets publiés au *Journal officiel* le 30 avril 2020 revalorisent : le montant forfaitaire du RSA, de la prime d'activité et de l'allocation aux adultes handicapés.

En pleine gestion de la crise de l'épidémie du Sars-Cov-2, le ministère des Solidarités et de la Santé n'a pas oublié de revaloriser les minima sociaux conformément aux dispositions législatives en vigueur.

- **Le montant forfaitaire du revenu de solidarité active (RSA)** est relevé à hauteur de l'inflation, soit + 0,9 %. Son montant forfaitaire mensuel pour un allocataire passe à 564,78 €.
- **Le montant forfaitaire de la prime d'activité n'est revalorisé que de 0,3 %**, conformément à l'article 200 de la loi de finances pour 2020. Cette hausse est limitée du fait des revalorisations exceptionnelles consenties par le législateur depuis le début du quinquennat. Son montant passe à 553,16 € pour une personne seule.
- Enfin, **le montant mensuel de l'allocation aux adultes handicapés (AAH)** est lui aussi augmenté de 0,3 %. Il est porté à 902,70 €.

L'ADOSPHÈRE – MAISON DES ADOLESCENTS DE CÔTE D'OR (11-25 ans)

Depuis le 18/05/2020, l'Adosphère est à nouveau ouvert au public

- De nouveaux horaires d'accueil sont mis en place à Dijon, comme sur les territoires :
9h - 12 h ; 13 h - 17 h 30.

- Les accueils physiques se feront uniquement sur RDV.
- Les accueils téléphoniques seront favorisés.

Nos locaux comme ceux dans lesquels nous tiendrons des permanences seront agencés de telle sorte à assurer au mieux la sécurité des publics accueillis comme des personnels présents. Nous conseillons toutefois à chacun de venir équiper d'un masque (nous pourrions le cas échéant en mettre à disposition si besoin).

Pour prendre rendez vous et/ou disposer d'informations complémentaires vous pouvez nous contacter au : 03.80.44.10.10 ou nous adresser un email à l'adresse suivante : adosphere@maisondesadolescents.fr

Vous pouvez aussi consulter notre site internet : www.maisondesadolescents21.fr

Ces conditions d'accueil et d'écoute, sont valables jusqu'à nouvel ordre

JUSTICE

En neuf semaines, du 16 mars au 18 mai, le nombre de détenus a diminué de 13 500 par rapport au 72 500 d'avant le confinement. C'est l'un des effets collatéraux de la crise sanitaire. L'administration pénitentiaire a utilisé la libération anticipée de personnes en fin de peine pour réduire la population carcérale et ainsi le risque de propagation du virus. Dans le même temps, les associations spécialisées ont innové dans leur travail d'accompagnement des sortants de prison car nombre d'entre eux manifestent un sentiment d'isolement exacerbé et font face à des complications dans leurs démarches administratives. Se pose aussi, pour les personnes ayant des conduites addictives ou des troubles psychiques, la continuité des soins dont ils disposaient en milieu carcéral. Le confinement a mis en évidence la nécessité de lieux collectifs et de proximité pour une aide indispensable et les moyens de la réinsertion.

MAISON DÉPARTEMENTALE DES PERSONNES HANDICAPÉES

Le Gouvernement a légiféré par ordonnances dans différents domaines et en particulier pour assurer la continuité de l'accompagnement et la protection des personnes en situation de handicap et des personnes âgées vivant à domicile ou dans un établissement ou service social ou médicosocial.

Ces textes visent à assurer la continuité des droits des personnes, dans un contexte de fonctionnement dégradé des maisons départementales des personnes handicapées :

- Prolongation automatique des droits et des prestations des personnes en situation de handicap pour une durée de 6 mois à compter du 12 mars 2020 si le droit a expiré avant cette date ou 6 mois à compter de la date d'expiration de l'accord. Cette durée est renouvelable une fois par décret.
- Les droits concernés : tous les droits et prestations faisant l'objet d'une demande auprès de la maison départementale des personnes handicapées (MDPH)
- Les situations concernées : les bénéficiaires ayant des droits expirés avant le 12 mars mais qui n'ont pas été renouvelés à cette date ou qui expirent entre le 12 mars et le 31 juillet 2020.

La procédure : aucune démarche de la part de l'utilisateur n'est nécessaire, la prolongation est automatique et aucune décision, ou avis le cas échéant, de la CDAPH ou du président du conseil départemental n'est nécessaire.

En cas de nouvelle demande de droits ou de prestations, la procédure habituelle de dépôt d'une demande reste en vigueur.

Si le droit a expiré avant le 12 mars, la période courant entre la date d'expiration de l'accord et le 12 mars n'est pas couverte par les termes de l'ordonnance. Un bénéficiaire pourra ainsi avoir eu une interruption du droit avant son renouvellement automatique à compter du 12 mars. Pour essayer d'éviter le plus possible ce type de situation, le traitement des dossiers les plus anciens est prioritaire ainsi que les demandes de prestations monétaires (AAH/AEEH et PCH).

- Versement d'avances sur droits aux bénéficiaires de l'AAH. L'ordonnance n°2020-312 permet aux organismes payeurs de l'AAH (caisses d'allocations familiales et de mutualité sociale agricole) de procéder à des avances sur droits aux bénéficiaires de l'AAH, dès lors que ces organismes sont dans l'incapacité de procéder au réexamen des droits à ces prestations.

- Dans cette situation, les droits seront reconduits sous forme d'avances pendant une durée maximale de six mois à compter du 12 mars 2020.
- Les droits concernés par les avances : l'AAH-1 et l'AAH-2, le complément de ressources (pour les anciens bénéficiaires) et la majoration pour la vie autonome.
- Les conditions requises : Incapacité du bénéficiaire à transmettre les données nécessaires aux organismes payeurs, notamment les déclarations trimestrielles de ressources (DTR) pour ceux des bénéficiaires de l'AAH qui sont en activité ou toute information sur les changements de situation, par téléservice, courrier voire téléphone.
- La durée du dispositif : six mois maximum pour la période du 12 mars au 12 septembre 2020.
- La procédure : le montant des prestations est réexaminé dès que les organismes payeurs disposent des informations nécessaires et, au plus tard, à l'issue de ce délai. Dans l'attente de ce réexamen, le droit est calculé et versé au bénéficiaire au regard du trimestre précédent.

OUVERTURE DE LA SEDAP (Société d'Entraide et d'Action Psychologique)

Pour des consultations ambulatoires sociales, psychologiques et médicales, vous pouvez vous rendre directement au CSAPA (Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) de TIVOLI : 17 rue du Chaignot à DIJON pour prendre RDV ou pour toutes questions, ou téléphoner au 0811 466 280 (Prix d'un appel local).

Pour les consultations de CJC (Consultation Jeunes Consommateurs) et ADDISS (Addictions sans substances) contacter le 0811 466 280 afin de prendre un rendez-vous ou pour toutes questions.

Pour le moment, l'accueil au CAARUD fixe (Centre d'Accueil et d'Accompagnement à la Réduction des Risques pour les Usagers de Drogues) reste individuel, des RDV individuels peuvent aussi se réaliser avec le CAARUD mobile. Tél : 06.88.22.39.18

Les activités de groupe sont suspendues.

Le CSAPA avec hébergement La Santoline peut accueillir de nouveaux usagers, un principe de pré-admission est prévu avec une période de confinement et adaptée au fonctionnement en hébergement, précaution préalable avant d'intégrer totalement la collectivité. La demande d'admission fonctionne sur les mêmes principes que préalablement.

Chers adhérents, chers lecteurs,

Merci de vos témoignages que vous nous avez transmis pendant le confinement, que nous avons aimés, qui nous ont attristés ou réjouis. Quels beaux récits empreints d'émotions !

Vos marques d'attention et de remerciements pour les informations et les documents que nous vous avons transmis au fil de cette crise nous ont beaucoup touchés.

Nous souhaitons rester au plus près de vos préoccupations, de vos soucis et de vos questions. Pour ce faire n'hésitez pas à nous écrire ou nous téléphoner (voir les coordonnées en première page).

Faites-nous part de vos remarques, donnez-nous des idées, envoyez-nous des textes, des images, des photos, des poèmes que nous intégrerons dans le LIEN et qui participeront ainsi à la vie de l'Unafam 21 et à l'énergie de nos bénévoles.

À RETENIR

Lorsque les familles sont confrontées à des problèmes aigus avec leur proche (situation tendue, approche de crise par exemple), il est nécessaire de trouver une écoute, une esquisse de solution.

Alors n'hésitez pas à contacter l'UNAFAM 21, ou, si le problème se pose pendant la nuit, si la situation vous paraît grave, si elle semble présenter un caractère d'urgence, vous pouvez vous adresser 24h/24h au service d'Accueil du CH La Chartreuse

03 80 42 48 23

ou au 15, centre de régulation du SAMU

LE GROUPE DE PAROLE DU DOCTEUR WALLENHORST À SEMUR-EN-AUXOIS

Nous invitons une nouvelle fois les membres et sympathisants de notre association dans le nord de la Côte-d'Or à participer au Groupe de Parole du Docteur Wallenhorst au Centre Hospitalier de Semur-en-Auxois.
(voir plus d'informations sur le site www.unafam.org/cote-dor)

Prochaines réunions(de 14h à 16h) :

GROUPE 1 LUNDI 14H 30- 16H 30 Mme ELBACHIR MAISON DES ASSOCIATIONS	GROUPE 2 MERCREDI 18H- 20H Mme BERT CHARTREUSE Salle Activités 1	GROUPE 3 MARDI 15H – 17 H Mme JOLY MAISON DES ASSOCIATIONS	GROUPE 4 LUNDI 18H – 20H Mme JOLY UDAF 14 rue Nodot	GROUPE 5 MARDI 18H 30 – 20H 30 Mme VIVIN CHARTREUSE Salle Frêne
Coordonnateur : M. Gremaux 06 76 87 37 06 C. Anglade 03 80 67 10 46	Coordonnateur : 07 89 67 43 12	Coordonnateur : G.Delpech 06 60 15 39 56	Coordonnateur : G. Vidiani 03 80 56 65 53	Coordonnateur : A.Tribout 06 81 31 61 29

(les dates des groupes de parole seront communiquées ultérieurement en fonction des futures étapes du déconfinement)

CALENDRIER PRÉVISIONNEL 2019

Réunions des familles - Conférences :

Réunions PACO :

- jeudi 17 septembre de 18h à 20h
- jeudi 19 novembre de 18h à 20h

Calendrier des réunions de bureau à la Chartreuse 14h30 à 16h30

- Mercredi 2 septembre salle Frêne
- Mercredi 4 novembre salle Frêne

Calendrier des réunions du conseil

- Jeudi 24 septembre de 14h30 à 17h30
- Conseil et repas avec l'ensemble des adhérents/sympathisants : décembre

La délégation Côte-d'Or de l'UNAFAM, avec ses bénévoles formés, a mis en place pour vous :

UNE ÉCOUTE, UN SOUTIEN ...

- un accueil téléphonique de 8h à 20h toute l'année (information, conseils, rendez-vous...) au 03 80 49 78 45
- un accueil sur rendez-vous (03 80 49 78 45) soit dans nos locaux du CH La Chartreuse, soit au pavillon Marion du CHU
- quatre groupes de parole mensuels, un groupe de parole bimestriel
- deux rencontres conviviales par an : un repas avant Noël et un pique-nique en juin

DES INFORMATIONS, DE LA FORMATION ...

- un site Internet national très documenté, complété par de nombreuses informations départementales www.unafam.org/cote-dor
- une bibliothèque : possibilité d'emprunter des livres sur la maladie psychique au Centre de Documentation de la Chartreuse sur présentation de la carte d'adhérent Unafam
- « Le Lien » des familles de l'Unafam, bulletin paraissant 4 fois par an
- des ateliers d'entraide « Prospect » (méthode élaborée au niveau européen pour aider les familles à faire face à la maladie psychique d'un proche) - organisés en fonction des besoins
- une session «PROFAMILLE» (programme psycho-éducatif pour les proches de personne atteinte de schizophrénie)
- une formation : mieux communiquer avec un proche bipolaire
- une formation d'une journée sur la maladie psychique
- une émission sur RCF les premiers lundi de chaque mois à 11h15. A écouter également sur le site internet départemental

DES RÉALISATIONS DESTINÉES À NOS PROCHES MALADES ...

- trois Groupes d'Entraide Mutuelle (G.E.M.) à Chenôve, Beaune, Montbard, gérés par la Mutualité Française Bourguignonne.
- une résidence accueil à Saint Apollinaire (agglomération dijonnaise).

POUR EN SAVOIR PLUS :

site national : www.unafam.org
site départemental : www.unafam.org/cote-dor

Version informatique du lien

Pour ceux d'entre vous qui ont une adresse internet, nous vous proposons l'envoi du lien par courriel à la place de l'envoi par courrier postal.

Si vous préférez la version internet, merci de nous le signaler à : 21@unafam.org