



Délégation départementale de LOIRE-ATLANTIQUE

Lettre de rentrée – Octobre 2023

Editorial

L'automne est devant nous, avec la poursuite des activités ! Nous espérons que la période estivale aura été reposante pour vous et vos proches et que la tension des services hospitaliers ne vous a pas affectés.

Durant cette période nous avons assuré la continuité de nos missions, tant sur le plan de la représentation auprès des différentes institutions que sur celui de l'amélioration de notre accueil et de notre offre d'activités. Ainsi, les groupes de parole de Nantes et de Guérande, le café-rencontre d'Ancenis sont pourvus de nouvelles psychologues. Depuis juin, une nouvelle activité de « Lâcher prise créatif » vous est proposée.

Par ailleurs, notre site Internet Unafam44 a été remanié pour une meilleure lisibilité. Vous êtes cordialement invités à le consulter : <https://www.unafam.org/loire-atlantique>.

Malgré la pénurie de soignants, notre partenariat avec les secteurs sanitaires et médicosociaux reste solide. Nous sommes dorénavant acteurs du programme BREF avec déjà plusieurs bénévoles formés. D'autres bénévoles sont intervenus au cours de plusieurs séminaires traitant des différents sujets au cœur de nos préoccupations, comme le colloque sur l'habitat du PTSM, la journée sur la protection juridique du CLSM (conseil local de Santé Mentale) de Nantes. Nous avons par ailleurs rencontré le barreau des avocats, sur leur demande. De nouveaux partenaires enrichissent notre réseau avec la Plateforme Répît des Aidants ou Declic Emploi, un nouvel accompagnement pour le retour à l'emploi.

Le volet des transports sanitaires est toujours insatisfaisant. C'est pourquoi nous vous joignons la lettre transmise à l'Agence Régionale de Santé à ce sujet.

Ces derniers mois, nous avons également multiplié notre présence dans différents forums : à la Journée des aidants à Saint-Nazaire, au Printemps des fragilités, aux différents forums du handicap proposés sur notre territoire. Tout cela, dans le but d'accroître encore et encore notre visibilité et de continuer à porter notre juste cause.

Du 9 au 22 octobre 2023, la SISM (Semaine d'information sur la santé mentale), événement national, sera marquée de nombreuses manifestations sur la thématique « A tous les âges de la vie, ma santé mentale est un droit ». A cette occasion, notre équipe organise une journée portes ouvertes dans nos locaux et une exposition photos à la MDPH. Les détails sont sur le site internet Unafam44.

Je vous souhaite une bonne découverte des dernières actions menées par les bénévoles de notre délégation ainsi que de leurs témoignages et libre expression à cœur ouvert.

Violaine Durand, Déléguée Départementale Unafam44

SOMMAIRE

Editorial

Les Echos de la délégation

- P 3 - [Le Projet Territorial de Santé Mentale en Loire-Atlantique](#)
- P 4 - [L'Unafam activement représentée à la MDPH](#)
- P 5 - [Lettre à l'ARS concernant les transports sanitaires](#)
- P 7 - [BREF, le programme de psychoéducation pour les aidants avance !](#)
- P 8 - [Sensibilisation des personnels pénitentiaires à la santé mentale](#)
- P 9 - [Le Printemps des fragilités, un festival hors du commun](#)
- P 10 - [Être trésorier d'une délégation Unafam](#)

L'activité de la délégation aux 4 coins du département

- P 11 - [Être bénévole en s'impliquant différemment](#)
- P 13 - [\[Nantes\] - Déclic Emploi, un nouveau dispositif d'accompagnement](#)
- P 14 - [\[Saint-Nazaire\] - Une permanence de l'Unafam au CH de St-Nazaire](#)
- P 15 - [\[Presqu'île guérandaise\] - Parcours et motivation d'une \(nouvelle\) bénévole](#)
- P 16 - [\[Nantes\] - Le nouvel atelier « Lâcher prise créatif » vous attend](#)
- P 17 - [\[Nantes\] - Les jeunes bénévoles ont aussi leur place à l'Unafam](#)
- P 18 - [\[Ancenis\] - Un nouvel espace pour le GEM](#)
- P 19 - [\[Appel\] - Un projet d'habitat inclusif porteur d'espoir](#)

Presse & médias

- P 20 - [L'Unafam dans la presse Juin, juillet, août 2023](#)
- P. 24 - [L'accompagnement des personnes en situation de handicap vieillissantes](#)
- P 26 - [Consultation - Les confessions d'un ex-bipolaire](#)

L'accueil des familles

- P 28 - [Informations pratiques](#)

Les échos de la délégation

[Institutionnel]

Le Projet Territorial de Santé Mentale en Loire-Atlantique

Le PTSM - Projet territorial de santé mentale - est présenté dans l'article R.3224-5 du Code de la santé publique. Il définit les actions de prévention et de promotion de la santé mentale, les soins, accompagnements à l'autonomie et à l'inclusion sociale et citoyenne, et services selon 6 grandes priorités.

Pour rappel, le PTSM est décliné par région au niveau de chaque département ; il a pour objet d'améliorer l'accès des personnes concernées à des parcours de santé et de vie de qualité, sécurisés et sans rupture.

Après une phase de travail préliminaire qui a donné lieu à un Diagnostic territorial partagé, le [PTSM de Loire-Atlantique](#) a été validé par le Directeur général de l'ARS des Pays de la Loire en décembre 2019. Il compte 9 axes et 55 actions à mettre en œuvre dans le département visant à réduire les freins mis en évidence dans le Diagnostic territorial.

Des bénévoles Unafam44 sont intégrés à la gouvernance et participent aux différents groupes de travail du PTSM.

Concernant l'axe 8 - *Soutenir la mise en place par les professionnels de nouvelles pratiques et nouveaux outils pour les publics spécifiques* -, le groupe de travail « Favoriser l'accès et le maintien dans l'emploi » a organisé le 18 novembre 2022 une première édition de son séminaire « Entreprises et troubles psychiques : les conditions de la réussite ».

La seconde édition est prévue le 21 novembre 2023 à la CCI de Nantes dans le cadre d'un séminaire intitulé « Santé mentale et qualité de vie au travail : des solutions concrètes ».

Les outils et leviers favorisant le recrutement et le maintien au poste en prenant en compte les besoins en santé mentale des personnes concernées seront au cœur des réflexions.

Cette journée permettra de :

- D'interroger le lien entre travail et santé mentale avec des questions telles que :
Comment les rythmes et les lieux influencent notre bien-être et notre productivité ?
Qu'est-ce qui favorise la qualité de vie au travail ?
- Proposer des solutions aux besoins des personnes concernées par les troubles psychiques autour de questions telles que : Comment évoquer ses besoins particuliers au travail ? Quels en sont les risques et les enjeux ?

Des ateliers thématiques rythmeront l'après-midi autour de la notion de rétablissement. Nous attendons cette année une plus grande participation d'employeurs. Francois Pilet, vice-président de l'Unafam et instructeur PSSM (Premiers secours en santé mentale), présentera l'outil PSSM. Une table ronde sera également animée par une bénévole Unafam.

Violaine Durand, Déléguée Départementale Unafam44

[Représentation]**L'Unafam activement représentée à la MDPH**

Grâce à la représentation active de l'Unafam à la MDPH (Maison départementale des personnes en situation de handicap) de Loire-Atlantique), à l'occasion de la SISM 2023 (Semaine internationale en santé mentale), une exposition de photographies se tient tout le mois d'octobre dans les locaux flamboyants de cette Maison.

La MDPH est l'instance qui évalue les besoins liés à la compensation du handicap et qui prend des décisions selon les recommandations de la CNSA (Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie). L'évaluation et la préconisation, suite à l'examen du dossier reçu, sont réalisées par une équipe pluridisciplinaire composée de différents professionnels.

L'attribution des droits et des prestations se fait par le vote des différents membres de la Commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées (CDAPH). C'est dans cette commission que siègent, entre autres, les représentants des associations. Le rôle de ces représentants est important car il permet de discuter de la pertinence de la décision de l'équipe pluridisciplinaire et même de relever, assez fréquemment, le niveau d'attribution du besoin de la compensation. Le représentant de l'Unafam participe à tous les votes, y compris ceux concernant un handicap autre que psychique.

Parallèlement, toutes les associations représentant les personnes en situation de handicap (notamment celles siégeant à la MDPH) sont regroupées au sein du CCAPH (Comité de coordination des associations pour personnes handicapées). Cette instance n'est pas présente dans tous les départements. Le CCAPH discute des problématiques des associations, des décisions des instances nationales, de sujets généraux concernant l'intégration et la défense de personnes handicapées. Ses avis renforcent donc la défense des droits des personnes en situation de handicap. Une relation étroite existe entre le CCAPH et la MDPH. Le directeur de la MDPH, Florian Graveleau peut être convié aux réunions du CCAPH. Lors d'une de ces réunions, il avait suggéré que la future MDPH pourrait accueillir des expositions.

En mai 2023 la MDPH a déménagé dans un beau bâtiment situé à St-Herblain (derrière IKEA) et accessible par la ligne 1 du tram. A l'étage, au-dessus de l'accueil une sorte d'atrium où des manifestations peuvent se dérouler (voir photo ci-dessous) Par ailleurs trois autres salles (une grande et deux petites) sont à la disposition des associations.

C'est lors d'une réunion entre des membres du CCAPH, en présence de Florian Graveleau et de la directrice adjointe Mme Danielle Desfontaine, que l'Unafam avait proposé de produire une exposition de photos accompagnées d'affiches pour la SISM (Semaine internationale en santé mentale) qui a lieu en octobre. Cette proposition avait été suivie par Jean Mony, président du CCAPH, qui proposait d'y associer le CMPP Henri Wallon.

Il s'agit de la première exposition en ce nouveau lieu. Les photos sont celles d'Arnaud Roiné intitulées 'Soigner c'est être là', sur le quotidien de soignants en santé mentale (voir ci-dessous). Elle est ouverte à tous, de 9 h à 16 h en semaine et pendant tout le mois d'octobre.

N'hésitez pas à vous y rendre, l'arrêt de tram Tourmaline est tout proche !
Nous sommes intéressés par vos retours.

Sylviane Billaudel, bénévole



[Institutionnel]

Lettre à l'ARS relative aux transports sanitaires

Violaine Durand
Déléguée Départementale Unafam44
5, rue Moquechien
44000 Nantes

Madame Normand
Animation départementale
ARS pays de Loire
Accès aux soins et coordination des parcours

Nantes, le 04 septembre 2023

Madame,

Nous avons bien reçu votre invitation à participer à la séance prévue le 14 septembre, afin d'assister à la restitution des travaux sur « l'optimisation des modalités organisationnelles entre les établissements de santé et les entreprises de transports sanitaires » et nous vous en remercions.

Hélas, nous ne pourrons y participer. En effet, Odile Sampeur bénévole UNAFAM44 et référente sur ce dossier est en vacances et il n'a pas été possible de la remplacer. Nous vous prions de nous en excuser. Nous avons toutefois suivi avec attention les travaux menés par le cabinet Sante Mobilité Service et avons plusieurs remarques à formuler sur la forme et le fond de ce travail.

Dès le départ, cette étude **a été prioritairement centrée sur les difficultés structurelles et organisationnelles existant dans la relation entre les entreprises de transports sanitaires et les établissements de santé...**

Peu de place a été accordée à l'utilisateur !

Voici quelques éléments témoignant de l'absence de prise en compte des observations de notre association et des besoins de nos proches :

Le premier questionnaire travaillé en atelier, celui des établissements de santé et de plusieurs associations d'utilisateurs (dont France-Rein et l'Unafam) a rappelé la nécessité de s'adresser aux usagers ou à leurs proches (en pédopsychiatrie, ce sont souvent les parents qui assurent le transport de leur enfant, au détriment de leur disponibilité aux autres membres de la fratrie ou en interrompant leur activité professionnelle...)

Finalement, après plusieurs échanges courriels entre le cabinet et les représentants des usagers quant au contenu et à la mise en oeuvre d'une consultation auprès d'un échantillon de publics divers, nous avons découvert que ladite consultation des usagers allait se dérouler exclusivement à partir de personnes hospitalisées ponctuellement pour des soins de dialyse. Bien sûr, nous ne nions pas l'importance de recueillir l'avis de ce public qui rencontre de graves dysfonctionnements dans les transports sanitaires mettant en jeu leur vie. Néanmoins, cette carence concerne une population bien plus large.

Pour des patients suivis en psychiatrie, ne demeurant pas à proximité d'un centre médico psychologique et vivant en territoire rural mal desservi par des transports, rencontrer une infirmière, un psychiatre ou participer à un groupe de paroles est impossible sans l'aide du taxi. Cette situation s'inscrit pour eux dans un très long terme avec une fréquence soutenue (en moyenne plus de 10 déplacements par an et ce pendant plusieurs années).

Pourtant, et toutes les études réalisées le démontrent, ce suivi ambulatoire réduit drastiquement les hospitalisations et a donc un coût moindre pour la CPAM.

A l'Unafam, nous sommes malheureusement coutumiers du fait que des personnes vivant avec des troubles psychiques et suivies en psychiatrie une grande partie de leur vie, restent invisibles aux yeux des pouvoirs publics. Cependant en Loire Atlantique, notre association, ses représentants des usagers et de leur famille (PTSM, CDSP) sont généralement reconnus et écoutés par l'ARS. Pourtant sur ce dossier, la collaboration est inexistante !

La semaine dernière, en 4 jours nous avons reçu 5 appels à l'aide de familles du Sud Loire en réelle difficulté avec ce problème de transports sanitaires, 4 vous ayant saisi directement. Au second trimestre 2023, les patients suivis par le Centre Hospitalier Heinlex à Saint Nazaire étaient confrontés aux mêmes réalités ; en 2021 les personnes suivies par le centre hospitalier Epsylan à Blain... Nous sommes ainsi sollicités à ce sujet de façon récurrente sur tout le territoire.

Aussi vous l'aurez compris, notre **première recommandation serait de proposer d'intégrer réellement la psychiatrie (enfants et adultes) dans la réflexion globale** afin d'apporter aux personnes concernées et à leurs proches une qualité de soins indispensable à leur équilibre, avec des réponses concrètes.

Enfin, nous observons que depuis mars 2023, nous n'avons reçu du cabinet Santé Mobilité Service aucun retour des recherches entreprises, des éléments d'analyse des questionnaires, des éventuels entretiens avec les usagers ; ce qui encore une fois interroge notre rôle et place dans la démarche.

Restant à votre disposition pour toutes informations complémentaires, je vous prie d'agréer, Madame, mes meilleures salutations.

Violaine Durand
Déléguée Départementale UNAFAM44



[Formation]**BREF, le programme de psychoéducation pour les aidants avance !**

Sept bénévoles de la délégation Unafam44 ont accepté l'invitation du CLAP (Centre Lyonnais des Aidants en Psychiatrie) du CHU Le Vinatier de Lyon à assister à la présentation du programme BREF. C'était le 12 septembre à l'unité CARE (Centre ambulatoire de rétablissement) du CHU de Nantes.

Dans la Lettre d'information n° 17 de la délégation Unafam44 de septembre 2022 (page 3), nous vous présentions le programme BREF.

Pour mémoire, il s'agit d'un programme de psychoéducation élaboré par le CLAP avec le concours appuyé de l'Unafam. Il s'adresse aux aidants qui accompagnent une personne ayant un trouble psychique. Il a été mis en place à la suite d'une étude dont le constat principal était que les aidants de proches souffrant de tout type de pathologies sont en plus mauvaise santé que le reste de la population. La charge mentale et l'anxiété qu'ils subissent au quotidien en sont les causes principales. Ils sont par ailleurs majoritairement en état de vulnérabilité.

En résumé, le programme BREF est une innovation de psychoéducation porteuse d'espoir. En collaborant avec l'équipe de soins formatrice de BREF, l'Unafam est légitime dans sa mission de soutien aux familles de proches malades. Les actions conjointes menées par les services de soins et les familles aspirent à devenir à être un socle commun et à potentialiser les différents types d'actions proposées jusqu'alors.

L'accueil chaleureux réservé aux participants lors de cette journée de formation et les relations qui se sont nouées augurent d'une collaboration efficace dans le respect des valeurs des différents acteurs du programme.

Un projet de mise en place du programme BREF en Loire-Atlantique est en réflexion avec le Dr Gayet qui a d'ores et déjà sollicité la participation des membres de l'Unafam pour sa mise en œuvre.

Hélène Creston, bénévole

Pour plus s d'info

- [Présentation du programme BREF pour les aidants](#)
- L'app [e-BREF](#), une application numérique complète le programme BREF qui propose aux aidants des contenus interactifs, des vidéos, des quiz, des témoignages et des outils pratiques pour les accompagner au quotidien. L'app e-BREF est la première application de ce type en France et elle est disponible gratuitement sur les plateformes Android et iOS.

[Formation]**Sensibilisation des personnels pénitentiaires à la santé mentale****Compte-rendu**

Un tiers des détenus en France souffrent de troubles psychiques. Partant de ce terrible constat, Philippe Nivière, de la délégation Unafam Normandie, a conçu avec son épouse et le directeur de l'administration pénitentiaire de Caen, un programme de sensibilisation aux troubles psychiques à l'intention des personnels pénitentiaires - surveillants et conseillers pénitentiaires d'insertion et de probation.

En tant que Représentante Parcours Pénal (RPP), j'avais participé en octobre 2022 à une journée de stage organisé par Philippe Nivière pour un groupe de 10 RPP de l'Unafam à qui Philippe avait fait jouer le rôle de stagiaires pour nous familiariser avec cette sensibilisation. Nous, stagiaires, avons joué le rôle des personnels pénitentiaires pour nous familiariser à cette sensibilisation.

Le 22 mai 2023 a eu lieu à Nantes une journée de sensibilisation des personnels du centre de détention de Nantes.

Cette formation diffère du programme PSSM (Premiers secours en santé mentale) que certains directeurs des centres pénitentiaires ont pu suivre. En comparaison, les théories des différentes pathologies psychiques y sont peu abordées. Il en résulte qu'elle est plus courte : 6 heures au lieu de 12.

Cette journée de sensibilisation a une vocation plus opérationnelle : elle donne plus de « tuyaux » aux personnels pénitentiaires.

En tant que proches de malades psychiques, nous avons beaucoup appris sur la manière de réagir dans différentes situations : crises, non-prise de traitement, réactions 'différentes' des autres personnes, etc. Tout cela en tenant compte du contexte particulier du milieu carcéral, évidemment.

La journée démarre par l'expression individuelle du vécu des personnels pénitentiaires. A la fin de la journée, leurs remarques initiales sont comparées à leurs idées à la lumière des échanges de la journée. Les courtes vidéos de présentation des situations susceptibles d'être vécues par les personnels pénitentiaires contribuent beaucoup à stimuler les échanges concrets entre la douzaine de stagiaires et nous, RPP.

A la fin, nous donnons aux personnels pénitentiaires divers flyers et documents Psycom sur les maladies psychiques, la prévention suicide ainsi que des cartes Ecoute Famille.

<https://www.psycom.org/>

Nous avons beaucoup apprécié cette journée que Philippe Nivière anime en expert riche de son expérience d'une vingtaine de journées de sensibilisation.

Odile Dawson, bénévole

[Présence]**Le Printemps des fragilités, un festival hors du commun**

Le 10 juin dernier, le Village des Fragilités a marqué la clôture du 2^{ème} festival du Printemps des Fragilités au Parc des Machines sur l'Île à Nantes. L'Unafam était présente lors de cet événement aux cotés de 90 associations de la région nantaise.

**L'accueil des fragilités et la quête de sens dans le monde du travail**

La prise en compte des fragilités dans le monde du travail était au cœur des animations de ce joyeux festival. Plusieurs tables rondes et l'intervention d'Elena Lasida, docteur en sciences économiques et sociales, ont permis d'informer et de sensibiliser les visiteurs à ces problématiques. Les festivités étaient également au rendez-vous l'après-midi avec la succession de spectacles de danse, musique et théâtre sur la grande scène du Village.

Une journée riche en rencontres

Cette journée fut l'occasion de faire connaître l'Unafam et de présenter les valeurs et les engagements de notre association aux visiteurs du Village. Nous avons également pu assister à des témoignages porteurs d'espoir de la part de personnes ayant souffert de troubles psychiques. De plus, nous avons eu la chance d'échanger avec des bénévoles d'autres associations à la recherche de formations et de sensibilisations à la santé mentale. Enfin, la journée s'est terminée par une rencontre avec Johanna Rolland, maire de Nantes, nous félicitant des actions mises en œuvre par notre délégation.

Pascale Peyneau, bénévole

Solange
et
Pascale,
Bénévoles

[Eclairage]**Être trésorier d'une délégation Unafam**

Trésorier de la délégation Loire Atlantique depuis un peu plus de 2 ans alors qu'il avait l'expérience bénévole de la tenue de comptabilités d'associations plus modestes, Hughes a découvert avec intérêt l'Unafam et les chiffres de sa délégation de Loire-Atlantique.

Ma fonction me place en responsabilité pour l'articulation financière entre le siège de l'association et notre délégation. Elle se décline en trois composantes : comptabilité, ajustement du système d'information et communication financière.

La composante « comptabilité » concerne la bonne tenue des outils comptables suivants :

- Compte bancaire de la délégation et ses chèquiers.
- Journaux comptables définis dans le logiciel de comptabilité de l'association et ceux dédiés à notre délégation. C'est là que doivent être saisies les écritures comptables de la délégation. En 2022, cela représentait environ 225 écritures et 684 lignes ayant chacune 7 champs à saisir - date, document, compte, libellé, débit, crédit, poste analytique régional - en respectant les règles comptables légales et celles définies par l'association.
- Un dossier comptable où sont classés toutes les pièces justificatives des écritures comptables comme les factures, les notes de frais, les relevés bancaires etc.

C'est un travail « technique » auquel on arrive à prendre plaisir ! mais si !

La composante « ajustement du système d'information » consiste à veiller à ce que toutes les informations nécessaires à la bonne tenue de la comptabilité arrivent complètes et à temps. Cela concerne les notes de frais des bénévoles, les factures de prestataires, les fiches de réunion de groupes de parole (justifiant des recettes des participations et validant la facture du psy), les conventions signées avec les psychologues car elles fixent aussi le cadre financier de leurs prestations etc.

C'est un travail collectif d'organisation collective, dont la responsabilité est partagée avec le bureau. Il revient au trésorier de faire preuve de compréhension lorsqu'un bénévole oublie ou se trompe et de toujours rechercher la simplification maximale pour celui-ci afin qu'il puisse se consacrer le plus possible à sa mission principale.

La composante « communication financière » nécessite un esprit de synthèse pour présenter et expliquer simplement les comptes de la délégation et de manière adaptée pour chaque type d'auditoire : les adhérents, les communes qui subventionnent la délégation, les bénévoles et aussi le bureau à qui le trésorier soumet les propositions de budget.

Dans notre délégation, un autre bénévole, Hervé Vincent, est chargé des demandes de subventions locales. Le trésorier, lui, prépare les états financiers nécessaires à ses demandes.

Je remercie vivement les bénévoles de la délégation pour leur accueil et leur indulgence quant au caractère souvent par trop technique de nos relations.

Hugues Basalo, bénévole

L'activité aux 4 coins du département

[Témoignage]

Être bénévole en s'impliquant différemment

Anne-Laure est une ancienne malade désormais guérie ; en tant que nouvelle bénévole de la délégation, elle nous livre son témoignage à cœur ouvert.

Nouvelle bénévole, c'est très sincèrement que je remercie les membres de l'Unafam 44 pour leur accueil, leur aide précieuse et leur patience. J'ai tout à découvrir, mais je formule le vœu de m'investir avec cœur, sérieux et enthousiasme au sein de la délégation. Je souhaite défendre les valeurs et nobles causes portées par l'Unafam et servir les intérêts des patients atteints de troubles psychiques au travers de leurs familles et de leur entourage.

Epaulée par Hélène, j'ai ainsi déjà pu accompagner des résidents du SAVS de Nantes à Préfailles. Je vais reconduire cette merveilleuse et enrichissante expérience avec Les Jonquilles, en octobre, à Pornic.

Par ailleurs, forte de mon très long parcours psychiatrique, j'ai vivement souhaité représenter les usagers au sein d'Epsylan (Établissement Psychiatrique de Loire-Atlantique Nord) à Blain. Dans ce cadre-là, j'ai formulé plusieurs demandes pour les patients auxquelles l'hôpital a accédé :

- L'obtention par les malades de leurs dossiers médicaux sur clé USB,
- Autorisation de décorer leur chambre en choisissant une œuvre picturale ou artistique parmi une banque iconographique spécialement sélectionnée par l'hôpital,

J'ai par ailleurs obtenu d'être avec les membres hospitaliers de la CDU (Commission des usagers) d'Epsylan pour participer à l'élaboration l'ordre du jour de cette commission.

Depuis 2017, je n'ai plus fréquenté d'établissement psychiatrique et je me suis joyeusement et efficacement détournée de toute médication. Je précise qu'en la matière je ne suis vraisemblablement pas un exemple à suivre. J'ai été sauvée par toutes les formes de cultures, formidables alternatives, remédiations et aides aux classiques traitements psy. La lecture et les arts plastiques, qu'en autodidacte je pratique et que je transmets au GEM (Groupe d'entraide mutuelle) La Main Ouverte à Savenay, m'ont transcendée.

Aussi, j'ai pour souhait de construire, avec d'autres - passionnés et/ou volontaires -, un pôle culturel au sein de l'Unafam44 et au cœur d'EPSYLAN. J'ai soumis mon projet à Violaine qui a manifesté son intérêt.

En effet, soucieuse de lutter contre toutes les stigmatisations et en lien avec ce pôle culturel, j'ai l'ambition d'ouvrir Epsylan à la cité. Pourquoi ne pas organiser des manifestations comme des

expositions dans la chapelle, sur la place du village ou diffuser 'La Gazette'¹ au-delà des murs de cet hôpital ?

Genèse de l'idée – A l'occasion d'une visite de l'unité de sociothérapie organisée dans le cadre de la CDU, j'ai trouvé intéressante l'idée de diffuser ladite gazette en dehors de l'hôpital, afin que cette initiative ne reste pas confidentielle, voire cosmétique. Les soignantes qui ont souscrit à cette idée ont craint un refus du directeur de l'hôpital ; j'ai néanmoins promis d'intercéder en leur faveur. Aux contrarguments rebattus - budgets, écologie etc.- que je vais anticiper, j'opposerai une autre mise en forme des articles, un autre format, peut-être une ligne éditoriale plus moderne. Mais au-delà, ce qu'il faut mettre en exergue c'est le vif intérêt des patients, l'enthousiasme de l'équipe "socio" (dont je peux attester), le respect du travail effectué, la reconnaissance, la valorisation des "malades" et le fait qu'il s'agit d'un outil de remédiation médicale.

En complément de mon témoignage, voici quelques ouvrages qui pourraient l'illustrer.

- *L'intranquille* - Gérard Garouste - Ed. L'Iconoclaste
- *La santé psychique des génies* - Patrick Lemoine - Ed. Odile Jacob
- *Un coup de hache dans la tête* - Raphaël Gaillard – Ed. Grasset
- *L'art qui guérit* - Pierre Lemarquis, préface Boris Cyrulnik et illustré – Ed. Hazan
- *Quand la beauté nous sauve* - Charles Pépin – Ed. Poche Marabout.

Anne-Laure Baron, bénévole



¹ La gazette est un journal créé par l'unité de sociothérapie d'Epsylan par des patients et sous la houlette d'une ergothérapeute et d'une aide médicosociale ; jeune projet (2 numéros édités), à la recherche d'un nom.

[Nantes]

Déclic Emploi, un nouveau dispositif d'accompagnement

Destiné à faciliter l'accès et le maintien dans l'emploi des personnes présentant des fragilités psychiques, Déclic Emploi est un nouveau dispositif d'accompagnement de proximité. Il est le fruit d'un partenariat entre l'ADAPEI (Association départementale des amis et parents des personnes en situation de handicap intellectuel) et l'association Les Eaux Vives Emmaüs de Nantes. Déclic Emploi a pour vocation d'accompagner des jeunes en souffrance psychique vers et dans l'emploi.

Nous avons rencontré l'équipe de Déclic Emploi dans ses locaux, au Sillon de Bretagne à Saint Herblain, pour une présentation de sa mission.

L'accompagnement proposé par Déclic Emploi se veut global, "à 360 degrés". Il est assuré par une équipe pluridisciplinaire basée sur une approche mettant en avant la priorité sur l'emploi. Le service accompagne vers une mise en situation de travail rapide les personnes sans reconnaissance administrative du handicap et ayant des difficultés psychiques freinant leur accès ou leur maintien en emploi en milieu ordinaire de travail. L'accompagnement dure 12 mois ; il est renouvelable une fois selon les besoins. Les professionnels se déplacent pour aller à la rencontre de la personne dans le lieu de son choix, chez elle, dans un café, ou ailleurs.

50 à 60 personnes sont actuellement suivies essentiellement des jeunes souffrant d'anxiété sociale ; l'objectif fixé est de 80 personnes.

Nous recevrons très prochainement la directrice du dispositif pour une rencontre avec les bénévoles du département.

Violaine Durand, Déléguée Départementale



[Saint-Nazaire]

Une permanence de l'Unafam au CH de St-Nazaire

En avril 2022, l'hôpital de St-Nazaire a proposé à l'Unafam de tenir une permanence dans la Maison des Usagers, à l'instar des autres associations d'usagers ou d'aidants pour des pathologies diverses (France Alzheimer, Entraide Cancer, ...).

L'Unafam est donc présente le 3ème mercredi de chaque mois de 10h à 12h, dans un local situé au rez-de-chaussée de l'hôpital, Bd Charpak. Cette présence est affichée sur un planning dans le hall-et sur le site internet de l'hôpital.

Depuis septembre 2022, cette permanence a été assurée chaque mois, de façon régulière, par deux bénévoles de l'équipe Unafam de St-Nazaire.

Pour faire connaître ce nouveau dispositif, nous avons collé sur les flyers Unafam44, des étiquettes intitulées « Nouveau ! Permanence Hôpital », avec un lien vers le site de l'Unafam pour les dates. Nous avons distribué ces flyers dans divers services de l'hôpital et dans le local de la Maison des Usagers. Nous distribuons dorénavant ces flyers lors de nos rencontres dans les divers organismes situés à St-Nazaire ou sur l'estuaire. Par ailleurs, un article de presse annonçant cette ouverture est paru en janvier.

Sur les dix permanences effectuées de septembre à juin, nous avons eu l'occasion d'accueillir quatre personnes et de rencontrer d'autres représentants d'usagers. Nous en avons également profité pour réfléchir à d'autres moyens de communiquer et pour inventorier les organismes à rencontrer pour diffuser l'information.

Pour les personnes que nous avons accueillies, ces rencontres se sont déroulées comme un accueil sans rendez-vous avec écoute attentive, compréhension au plus près des situations exposées et informations adaptées sur les structures possibles et les aides proposées par l'Unafam.

Christine Brown, bénévole

[Presqu'île guérandaise]**Parcours et motivation d'une (nouvelle) bénévole****Témoignage**

J'ai choisi d'être bénévole à l'Unafam44.

Adhérente depuis 2018, j'ai été accueillie rue Moquechien, à Nantes, pour mon premier contact avec la délégation, J'ai le souvenir d'une écoute attentive et bienveillante alors que j'étais en plein désarroi. J'y ai entendu *l'Unafam peut vous aider*. La réponse concrète n'a pas été celle que j'attendais, parce que je ne connaissais pas suffisamment les troubles psychiques, ni le système de soins, mais j'ai entrevu toute l'étendue des compétences de l'équipe des bénévoles de l'Unafam. J'ai donc suivi les conseils qui m'ont été donnés.

J'ai tenté d'accompagner mon proche du mieux que j'ai pu vers les soins, mais je n'ai pas souvent réussi. Par ailleurs, j'ai participé au groupe de parole de Guérande, puis j'ai participé à la journée de formation Troubles psychiques, puis la formation d'entraide Prospect. Ces journées m'ont beaucoup aidée, elles ont été très apaisantes et porteuses d'espoir. Dans le même temps, j'ai vu mon proche s'apaiser et commencer à porter de lui-même des projets, très modestes d'abord, puis de plus en plus construits.

Aussi, lorsque Christine a demandé qui pourrait venir étoffer l'équipe locale de bénévoles pour une nouvelle permanence à l'hôpital de St-Nazaire, je me suis dit que c'était le bon moment pour m'investir puisque j'allais avoir davantage de temps après mon départ à la retraite.

Depuis octobre 2022, je découvre donc le fonctionnement de l'Unafam. J'assure la permanence à l'hôpital un mercredi par mois avec l'une ou l'autre des bénévoles de l'équipe de St-Nazaire. J'apprends à connaître les services de l'hôpital de jour. Je participe à des formations au sein de l'Unafam ou proposées par le personnel hospitalier. Je rencontre d'autres intervenants autour de la santé mentale et des troubles psychiques.

Lors des journées de formation initiale des bénévoles, j'ai pris conscience de la diversité et de la pluralité des missions que l'Unafam s'est données pour atteindre ses objectifs. J'ai rencontré des bénévoles venus de toutes les régions, animés par le même désir de « rendre le service qu'ils ont reçu » et de s'investir pour faire avancer les choses, chacun à sa mesure, dans la plus grande bienveillance les uns envers les autres, avec un souci commun d'efficacité.

Plusieurs sujets m'intéressent : comprendre les troubles psychiques, aider les familles à accompagner leur proche, donc être bien formée pour un accueil attentif et pertinent, informer et former pour lutter contre l'ignorance et la stigmatisation.

Par ailleurs, ce qui ne gâche rien, j'apprécie beaucoup la richesse des personnalités des bénévoles, pairs aidants, avec qui j'ai travaillé jusqu'à présent et la convivialité de nos rencontres.

Brigitte Anceaux, bénévole

[Nantes]**Le nouvel atelier « Lâcher prise créatif » vous attend !**

Pour enrichir l'offre d'accompagnement des aidants, une nouvelle activité autour du développement créatif voit le jour pour les adhérents.

Elle est le fruit du travail collaboratif que plusieurs bénévoles ont mené avec enthousiasme. Cet atelier est animé par Caroline Le Merrer, art thérapeute. Il est destiné en priorité aux aidants. Il se veut une ouverture sur un temps de répit où il n'est plus question de maladie. .

Les participants y trouvent une occasion privilégiée de prendre « soin de soi » en laissant libre court à leur imaginaire. L'expérience trouve sa richesse dans une approche à la fois individuelle et menée en commun ; sortir de l'isolement en passant un moment convivial.

L'atelier s'articule autour d'un temps de relaxation et d'un temps de création simple, propice à la valorisation de l'estime de soi. Les tableaux, collages, dessins, etc. en seront le reflet.

L'idée des animatrices est de moduler la proposition en fonction des attentes des participants. Ayant accompagné les deux premières rencontres qui se sont révélées un succès, je peux témoigner du réel intérêt des participants qui se sont immédiatement impliqués dans la séance et les échanges.

Le besoin compréhensible marqué le début du premier suivi d'un temps de relaxation ouvrant la possibilité d'évoluer lien avec le ressenti propre de temps forts autour de couleurs ou des petits papiers.



Hannah Höch – Little sun

d'évoquer son présent a atelier. Rapidement, il fut sur fond de lecture de texte, vers des moments plus en chacun. Ce fut le cas lors des l'autoportrait, celui autour des

Pour plusieurs participants, le plaisir de se retrouver dans ce moment de liberté, fut significatif du deuxième atelier. Après un temps de présentation personnelle et lecture de poésie induisant introspection et douceur, le travail proposé a eu pour thème « l'arrivée de l'été », sans exclusivité, au travers de collages et de recompositions d'image.

Pour chaque session, le temps passa particulièrement vite, ce qui a pu laisser un sentiment d'inachevé pour certains.

Pour une question d'organisation, mais surtout pour offrir le maximum de souplesse, chaque atelier est limité en nombre de participants avec des séances généralement positionnées en début de mois, indépendantes les unes des autres. Une inscription préalable est ainsi nécessaire.

ecoha.unafam@caramail.fr

Depuis juin 2023 l'atelier « Lâcher Prise Créatif » se tient dans nos locaux, rue Moquechien à Nantes, le premier lundi du mois de 18h à 19h30.

Evelyne COHADON, bénévole

[Nantes]

Les jeunes bénévoles ont aussi leur place à l'Unafam

Témoignage

J'ai rejoint l'Unafam en tant que bénévole il y a quelques mois.

Ma présence à l'Unafam s'inscrit dans une démarche d'ordre personnel, mais s'articule aussi avec mon projet professionnel. En effet, je suis étudiante en master de psychologie clinique dans le but de devenir psychologue. Ma formation me permet d'avoir un bagage théorique suffisamment solide et utile en tant que bénévole. De plus, le sujet des proches aidants se trouve au cœur de mes sujets de recherche ; il imprégnera par la suite ma pratique en tant que professionnelle.

L'accueil des familles - souvent des mères - et l'écoute constituent la première porte à ouvrir à des personnes affectées au quotidien par le nécessaire accompagnement de leur proche malade.

A ce jour, j'ai participé en tant qu'auditrice à quelques accueils menés par des bénévoles. Ces accueils, très différents les uns des autres, m'ont chacun marquée. Les échanges m'ont permis de mieux appréhender les situations et les besoins des familles. Ce qui m'a d'emblée marquée au sein de l'association, c'est l'engagement des bénévoles, leur bienveillance et la richesse des ressources proposées par l'Unafam.

Je suis fière de faire partie de l'Unafam. Je souhaite pouvoir apporter toujours plus en m'impliquant davantage au sein de l'association et ainsi continuer à progresser dans la perspective de mon parcours personnel et professionnel.

Eva Frémiot, bénévole



[Chateaubriant]

Un nouvel espace pour le GEM

Compte-rendu

Tout va bien à l'Etoile Filante, le GEM (Groupe d'entraide mutuelle) de Chateaubriant ! Créé en 2015, il compte actuellement plus de 40 adhérents. Nicole en est sa marraine Unafam.

Le projet de déménagement souhaité depuis de nombreuses années s'est enfin concrétisé ! Une maison a été construite à deux portes de l'ancien local. C'est une maison de plain-pied, avec une petite terrasse à l'arrière et une grande salle de vie très agréable. L'aménagement est presque terminé et chacun y prend ses marques.

Le GEM a un nouveau projet : le recrutement d'un(e) animateur. Il ne faut pas se tromper et tous les adhérents y réfléchissent.

La porte ouverte du GEM aura lieu le 13 octobre. Vous y êtes tous invités !

Mais qu'est-ce qu'un Gem ? C'est une association portée par et pour des personnes adultes en fragilité, où on peut créer des liens et se sentir exister. C'est aussi un collectif d'écoute, d'expression, de participation active, d'investissement, dans un cadre sécurisant où chacun peut s'affirmer, agir, tenter, peut-être échouer, mais pouvoir recommencer sans jugement. Ce lieu hors du soin est une sphère d'aide à la prise de confiance en soi et les bons moments font oublier les problèmes d'un temps (extrait de la plaquette du Gem). Dernière parole recueillie, « *c'est un lieu où on apprend l'autonomie et le respect de l'autre* ». Un Gem est une structure différente d'une autre association car ce sont les 'Gemmeurs' qui sont les « solliciteurs ». La salariée est donc à leur service, il peut proposer, aider, écouter, mais il ne peut pas imposer.

Le Gem est un lieu vivant et on a envie d'en franchir la porte. Il n'est plus question de différence ni de soin, mais de VIE.

Nicole Dupin, bénévole



[Appel]

Un projet d'habitat inclusif porteur d'espoir

Certaines initiatives personnelles, telles que celle présentée dans ce qui suit, méritent une place dans cette lettre d'information. Ainsi, nous relayons ici l'appel que lance Jacques Couturier, adhérent de l'Unafam44.

Nous sommes un collectif, porteur d'un **projet de création d'un habitat inclusif** pour cinq à six adultes entre 20 et 40 ans en situation de handicap qui présentent des troubles envahissants du développement. Leur accompagnement nécessite une présence, pour certains 24h/24, qui nous empêche d'avoir accès aux différents projets actuels existant sur le territoire de Loire-Atlantique et qui s'adressent à des personnes plus autonomes. Ce contexte explique donc notre détermination à créer un lieu de vie qui réponde aux besoins de nos enfants devenus adultes.

Notre projet sera pérenne et aura les caractéristiques suivantes. Il sera :

- Engagé et engageant, porté par des parents pour que leurs enfants devenus adultes puissent vivre la vie qui leur ressemble.
- Regroupé et accompagné pour que ses 5 habitants avec un besoin d'accompagnement 24h/24 puissent s'épanouir dans un cadre de vie sécurisé et sécurisant.
- Inclusif pour favoriser le lien social et le "vivre ensemble" au travers d'échanges interactifs entre les habitants et leur environnement.
- Ressourçant pour que le "chez soi", différencié des espaces partagés, soient des lieux ressources en fonction des besoins individualisés de chacun.

Venez nous rejoindre pour élaborer ce projet ensemble !

Jacques COUTURIER

06 75 72 03 52

jacoutu@orange.fr

Presse & médias

L'Unafam dans la presse Juin, juillet, août 2023

UNAFAM NATIONAL 11 articles

LA CROIX

UNE CANICULE À HAUT RISQUE POUR LES MALADES PSYCHIATRIQUES

[la-croix.com](https://www.la-croix.com) 21 août 2023 (743 mots)

Analyse Plus de la moitié des départements français sont placés en vigilance orange canicule ces derniers jours. Les températures records sont particulièrement dangereuses pour les personnes atteintes de troubles mentaux, susceptibles de développer des épisodes psychiatriques intenses et de se Par Chloé Subileau



WWW.SANTEMENTALE.FR LES ACTEURS DE LA PSYCHIATRIE MOBILISÉS AUTOUR DE L'EPSM DE LA SARTHE

Sites 5 septembre 2023 (662 mots)

Dans un communiqué, les acteurs de la psychiatrie manifestent leur soutien à l'EPSM de la Sarthe, en grande difficulté pour assurer la continuité des soins, en lien notamment avec le manque de praticiens hospitaliers. Plus globalement, ils demandent un « plan d'urgence » pour la psychiatrie.

Le Monde.fr

PSYCHIATRIE : « IL FAUT METTRE FIN AUX INÉGALITÉS D'ACCÈS AUX SOINS POUR LES PERSONNES HOSPITALISÉES »

[lemonde.fr](https://www.lemonde.fr) 13 juillet 2023 (892 mots)

Dans une tribune au « Monde », des professionnels de santé et des acteurs de terrain proposent de changer en urgence les modalités de financement d'un système qui prive de traitements innovants les patients des établissements psychiatriques publics. Nous, professionnels de santé et acteurs de Par Collectif

LE QUOTIDIEN DU MÉDECIN

QUELLE PLACE POUR LES UNITÉS DE SOINS INTENSIFS PSYCHIATRIQUES ?

[Le Quotidien du Médecin](https://www.lequotidien.com) 13 juillet 2023 (1172 mots)

Comment prendre en charge les patients psychiatriques difficiles alors que la psychiatrie publique traverse une profonde crise institutionnelle et démographique ? Les réflexions s'accroissent autour des unités de soins intensifs en psychiatrie (Usip), qui émergent en France depuis la fin des années



WWW.SANTEMENTALE.FR C8 SOUTIENT LE PSYCHODON ET DIFFUSE LE CONCERT DE L'OLYMPIA LE 7 JUILLET À 21H15 !

Sites 7 juillet 2022 (1267 mots)

Pour donner suite à ses actions de soutien à la santé mentale, et « faire cause », le Psychodon avait investi l'Olympia le 2 juin dernier pour une soirée festive et engagée où de nombreux artistes avaient célébré les émotions en chantant pour la santé mentale. Autour du slogan « Tous fragiles, tous

**WWW.SANTEMENTALE.FR COLLOQUE DE L'UNAFAM SUR LA PAIR-AIDANCE :
LE REPLAY EST EN LIGNE****Sites 27 juin 2022** (191 mots)

Si l'espoir est le moteur, les pairs aidants en sont l'incarnation: pour les familles de l'Unafam et leurs proches, ils représentent la quintessence du rétablissement, avec une valeur sociale remarquable puisque l'expérience vécue renverse le stigmate en devenant utile. Depuis quelques années,

**WWW.REVUE-HOSPITALIERE.FR MESURES D'ANTICIPATION EN PSYCHIATRIE****Sites 22 juin 2022** (112 mots)

Le principe des directives anticipées, s'agissant de la fin de vie, est connu et réglementé. En psychiatrie, des mesures semblables se développent en France et dans le monde. Elles permettent l'anticipation de moments de crise où le discernement de la personne pourrait être altéré. Avec quels enjeux

**WWW.AGEFIPH.FR SECTEUR PUBLIC : UN GUIDE POUR REGARDER LE
HANDICAP INVISIBLE****Sites 20 juin 2022** (231 mots)

Conçu par un groupe de travail du FIPHFP, le Guide de l'accompagnant donne des clés pour accompagner les agents de la fonction publique en situation de handicap invisible. Ils sont encore trop nombreux à le taire. 80% des handicaps sont invisibles. Diabète, troubles DYS, cancer, troubles psychiques,

**WWW.DIRECTEUR-EHPAD.COM QU'EN EST-IL DE L'EFFICACITÉ DES
DIRECTIVES ANTICIPÉES?****Sites 20 juin 2022** (824 mots)

AP-HM: une étude montre l'efficacité des directives anticipées en psychiatrie pour réduire les hospitalisations et soins sous contrainte Pionnier en France en matière de réhabilitation psychosociale et de rétablissement, l'équipe du service hospitalo-universitaire de santé mentale adulte du Pr

**[RTL](http://RTL.FR) TROUBLES PSYCHIATRIQUES : LA SOUFFRANCE DES PROCHES****rtl.fr 16 juin 2022** (452 mots)

Selon l'Unafam, plus de 3 millions de personnes vivent avec des troubles psychiques sévères et plus de 4,5 millions de proches les accompagnent au quotidien. L'intégrale du 15 juin 2022 La petite-fille de Pascaline ne veut plus la voir Lila n'aime pas aller chez son compagnon La femme de Kamara Par Paul Delair

**[BFM TV](http://BFMTV.COM) PSYCYCLETTE : UN TOUR À VÉLO CONTRE LES PRÉJUGÉS****bfmtv.com 8 juin 2022** (70 mots)

Psycyclette c'est un joli défi : traverser quelques parcours en France à vélo en faisant participer... des personnes vivant avec des troubles psychiques, des soignants, des bénévoles de l'Unafam et des cyclotouristes avertis. Au total cette randonnée cyclotouriste parcourra 1 300 kms sur les

UNAFAM CENTRE PAYS DE LA LOIRE 8 articles

**« L'OFFRE DE SOINS EN SANTÉ MENTALE SE RÉTRÉCIT », OBSERVE L'UNAFAM, À CHOLET**[ouest-france.fr 24 août 2023](https://www.ouest-france.fr/24-août-2023) (370 mots)

À Cholet (Maine-et-Loire) l'Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques (Unafam) entend mieux se faire connaître auprès du public, tandis que le manque de psychiatres se fait sentir de plus en plus. À l'approche de la rentrée, l'association Unafam (Union

**ENQUÊTE. MALAISE POUR LA PSYCHIATRIE EN PAYS DE LA LOIRE**[ouest-france.fr 15 juillet 2022](https://www.ouest-france.fr/15-juillet-2022) (878 mots)

ENQUÊTE. Malaise pour la psychiatrie en Pays de la Loire La pénurie de médecins psychiatres dans la Sarthe oblige l'Établissement public de santé mentale (EPSM) d'Allonnes, près du Mans, à fermer 85 lits. Une réorganisation, décidée par l'Agence régionale de santé, fait supporter la prise en charge Par Antonin GALLEAU.

**BOURGES : DES MOYENS SUPPLÉMENTAIRES POUR LA SANTÉ MENTALE**[francebleu.fr 21 juin 2022](https://www.francebleu.fr/21-juin-2022) (543 mots)

L'hôpital George Sand vient de signer avec l'ensemble de ses partenaires son contrat territorial de santé mentale. Une démarche partenariale pour décloisonner la prise en charge des malades dans le département, avec à la clef, deux millions d'euros supplémentaires. Dix-neuf actions ont été

**UNE CENTAINE DE SOIGNANTS RASSEMBLÉS DEVANT L'HÔPITAL PSYCHIATRIQUE D'ALLONNES**[francebleu.fr 21 juin 2023](https://www.francebleu.fr/21-juin-2023) (404 mots)

Une centaine de soignants, médecins et syndicats se sont rassemblés devant l'EPSM, l'Établissement Public de Santé Mentale d'Allonnes, pour dénoncer la suppression définitive de 42 lits. Une centaine de manifestants a répondu présent ce mardi 20 juin 2023 de 11h à 15h à l'appel de FO et de la CGT

**TROUBLES PSYCHIQUES : LES MALADES SONT STIGMATISÉS, ON NE VEUT PAS LES RECEVOIR, ON A PEUR D'EUX**[francebleu.fr 13 juin 2023](https://www.francebleu.fr/13-juin-2023) (323 mots)

C'est une maman qui témoigne, mais aussi une bénévole à l'UNAFAM (Union Nationale des familles et amis de personnes malades et ou handicapées psychiques) à La Rochelle. Au quotidien Dominique Nidelet aide les familles dont l'un des membres souffre de troubles psychiques, et accompagne son fils

**LA 8E PSYCYCLETTE FAIT ÉTAPE CE VENDREDI À CHÂTEAUDUN ET À BONNEVAL POUR DÉSTIGMATISER LES TROUBLES PSYCHIQUES**[lechorepublicain.fr 9 juin 2022](https://www.lechorepublicain.fr/9-juin-2022) (516 mots)

Une trentaine de cyclotouristes sont attendus ce vendredi 10 juin 2022 à Châteaudun et à Bonneval pour combattre les préjugés sur les troubles psychiques dans le cadre de la 8e édition de la randonnée cyclotouriste Psycyclette. Aller à la rencontre du public pour briser les tabous liés aux maladies

**LEPETITVENDOMOIS.FR PSYCYCLETTE PASSE PAR VENDÔME**[Sites 11 juin 2022](https://www.lesites.com/11-juin-2022) (93 mots)

Du 20 au 27 juin, l'UNAFAM organise la 4 e édition de « Psycyclette », un tour de France de 2000 km au départ de Versailles contre les idées reçues.

Traverser la France à vélo en faisant participer des personnes vivant avec des troubles psychiques, des soignants, des bénévoles de l'Unafam et des



LA RANDO À VÉLO LA PSYCYCLETTE PASSE PAR CHOLET POUR INFORMER SUR LES TROUBLES PSYCHIQUES

[ouest-france.fr](https://www.ouest-france.fr) 7 juin 2023 (219 mots)

Mercredi 14 juin, la 9e édition de la Psycyclette passera par Cholet (Maine-et-Loire). Cette randonnée cycliste, organisée par l'Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques (Unafam) réunit patients, personnel soignant et bénévoles. Mercredi 14 juin, la 9 e Par Vincent DANET.

L'accompagnement des personnes en situation de handicap vieillissantes

Hospimédia – 13 septembre 2023

La Cour des comptes dédie un rapport à l'accompagnement des **personnes handicapées vieillissantes**. Elle constate que les réponses apportées sont loin de couvrir l'intégralité des besoins. Pour faire face à ce constat, elle préconise notamment l'ouverture de 120 000 places à domicile, pour un coût annuel estimé à 1,2 milliard d'euros.

"Les chances de bien vieillir sont [...] plus réduites pour les personnes en situation de handicap vieillissantes que pour la population générale", constate la Cour des comptes dans un rapport publié le 13 septembre (à télécharger ci-dessous). Longtemps l'objet de revendications de la part du secteur associatif, le manque d'adéquation des réponses des pouvoirs publics aux enjeux démographiques de l'accompagnement des personnes handicapées est clairement pointé du doigt par la juridiction financière qui estime que **"ces travaux mettent en évidence qu'à domicile comme en établissement, les besoins sont bien plus importants que les solutions pour y répondre"**. Elle souligne notamment les faibles ressources allouées au secteur du domicile, alors même que neuf personnes en situation de handicap sur dix vieillissent chez eux. **Elle préconise en ce sens, d'ouvrir 83 000 places de services d'accompagnement médico-social pour adultes handicapés et 36 000 places de services d'accompagnement à la vie sociale.**

L'accroissement de la population implique une augmentation du nombre de solutions d'accompagnement en établissement comme en service.

Extrait du rapport de la Cour des comptes

Elle estime le coût annuel de l'opération à 1,2 milliard d'euros, tout en précisant que cette mesure pourrait avoir des impacts financiers positifs à moyen terme, sachant que *"dans certaines situations, un accompagnement relativement léger, intervenant au moment adéquat, limiterait l'impact sur les finances publiques de prises en charge plus lourdes de situations dégradées."* La cour souligne ainsi que **"l'accroissement de la population implique une augmentation du nombre de solutions d'accompagnement en établissement comme en service"**, tout en insistant sur l'importance de mobiliser les marges de manœuvre du secteur afin d'optimiser les taux d'occupation des structures. Elle souligne par ailleurs **le coût important des hospitalisations inadéquates de personnes en situation de handicap psychique, en l'absence de solution plus appropriée**. Selon ses estimations, la transformation en places de foyer d'accueil médicalisé des 3 000 lits actuellement mobilisés à cette fin pourrait représenter une économie de 225 millions d'euros. Elle précise cependant qu'il est nécessaire de maintenir des moyens au sein de la psychiatrie afin que celle-ci conserve la capacité d'accueillir les personnes en cas d'urgence ou de décompensation.

Accueil en Ehpad

La cour insiste également sur l'importance de faire évoluer les moyens dédiés aux Ehpad, qui accueillent la majeure partie de ce public. Ces structures pourtant peinent à trouver un modèle financier adapté à cette prise en charge. Cela s'explique notamment par le fait que la grille Aggir n'est pas adaptée à l'évaluation des besoins des personnes avec des troubles psychiques ou une déficience intellectuelle. La juridiction financière pointe également du doigt le fait que les fortes différences de taux d'encadrement entre les établissements dédiés aux personnes en situation de handicap et ceux du secteur du grand âge (de l'ordre de trois fois inférieur pour un Ehpad par rapport à un foyer de vie) fragilisent les équipes et favorisent les ruptures de parcours entre ces deux typologies de structures. En outre, **"la structuration d'une unité personne handicapée vieillissante n'est [...] par une condition sine qua non à l'accueil de personnes en situation de handicap en Ehpad, d'autant qu'elles sont souvent créées à moyens**

constants." La cour recommande aux financeurs d'assurer la continuité de l'accompagnement, "**en garantissant un financement adapté à leurs besoins et en conservant les moyens qui leur étaient consacrés dans l'établissement d'origine.**" Il s'agit par conséquent de dégager des moyens spécifiques "**dans l'esprit de la réforme Serafin-PH***".

L'effort mené par les ARS pour accompagner le vieillissement des personnes en situation de handicap paraît très éloigné, à la fois des évolutions démographiques en cours et des besoins recensés. Extrait du rapport de la Cour des comptes

Concernant les financeurs, la cour constate que les moyens dédiés aussi bien par l'État que par les collectivités territoriales sont loin d'être suffisants, relevant que sur les six dernières circulaires budgétaires, seules deux d'entre elles (en 2017 et 2018) mentionnent spécifiquement les crédits mobilisables par les agences régionales de santé dans le but d'améliorer les conditions d'accueil de ce public. Ainsi, la cour juge que "**l'effort mené par les ARS pour accompagner le vieillissement des personnes en situation de handicap paraît très éloigné, à la fois des évolutions démographiques en cours et des besoins recensés**". Ces dernières mobilisent souvent en ce sens des crédits non reconductibles, et leur implication sur le sujet varie fortement d'un territoire à l'autre. Or, dans un contexte où la politique nationale du handicap est majoritairement insufflée par le lancement d'un plan dédié, la juridiction financière souligne qu'il est compliqué pour les acteurs locaux, conseils départementaux et ARS, de proposer de nouveaux projets.

Améliorer le pilotage public de l'offre médico-sociale

Par ailleurs, elle fustige la dispersion des compétences qui freine l'adaptation des parcours, notamment au vu de la dichotomie réglementaire entre les établissements médicalisés et non médicalisés. Pour autant, souligne-t-elle, "**de préférence à un plan ponctuel ciblé sur les personnes en situation de handicap vieillissantes, l'enjeu semble plutôt de construire une offre qui réponde aux évolutions globales des besoins et de la démographie des personnes en situation de handicap.**" Il s'agit, selon la cour, d'assurer un meilleur pilotage public de l'offre médico-sociale qui doit répondre de manière modulable aux besoins constatés sur le terrain : **mieux accompagner au sein des structures telles que les Ehpad, éviter des ruptures de parcours à la suite d'un accompagnement en établissement et service d'aide par le travail, mettre fin à des hospitalisations inadaptées, prendre en compte le vieillissement des aidants des personnes vivant à domicile...**

* Services et établissements : réforme pour une adéquation des financements aux parcours des personnes handicapées

Geneviève Massonnet
Présidente de l'ADESPH44

<https://www.ccomptes.fr/fr/publications/laccompagnement-des-personnes-en-situation-de-handicap-vieillissantes>

Consultation

Les confessions d'un ex-bipolaire

Sous forme de témoignage d'espoir et sous pseudonyme, Emmanuel est un bénévole de notre délégation. Il livre ses confessions, celles d'un ex-bipolaire. *Consultation* est une lecture recommandée par la Fédération française de Psychothérapie et de Psychanalyse FF2P.

Extrait

L'eau monte jusque dans mes yeux. Voilà plus de dix ans que je vis sans espérer, sans croire ou plutôt en croyant que cela ne changera jamais... Puis la vague se retire. - "Il va devoir me convaincre."

Emmanuel débarque à cette consultation méfiant, cynique mais curieux de savoir ce que ce toubib va lui dire au sujet du drôle de mal-être qu'il traîne depuis des années. Il trouve sa vie quasi normale, marié avec des enfants, un travail. Mais bon voilà, il y a les excès, les dépresses et les moments où il ne contrôle plus rien... Et puis il y a toutes les choses qu'il ne dit pas puisqu'il ne se les avoue pas. Ce médecin va-t-il lui ouvrir les yeux ?

Résumé

Sous la forme d'une nouvelle enlevée et pleine d'humour, *Consultation* présente le parcours de soin d'un homme souffrant de troubles bipolaires et d'addiction. Il s'agit d'un texte court et efficace approuvé par des psychiatres, psychanalystes, psychologues, paramédicaux, alter-médicaux et préfacé par un addictologue. L'objectif en est simple : témoigner d'un parcours de rétablissement et aider ceux qui souffrent, leur proches et ceux qui les soignent et les accompagnent en leur suggérant un cadre de réflexion et de nombreuses pistes vers le mieux-être. L'approche est littéraire mais dans un style tout à fait authentique.

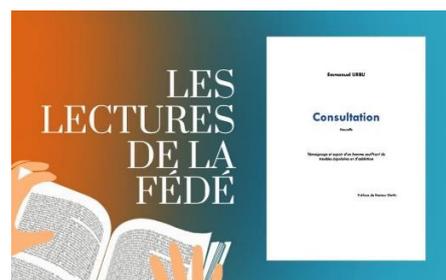
L'auteur

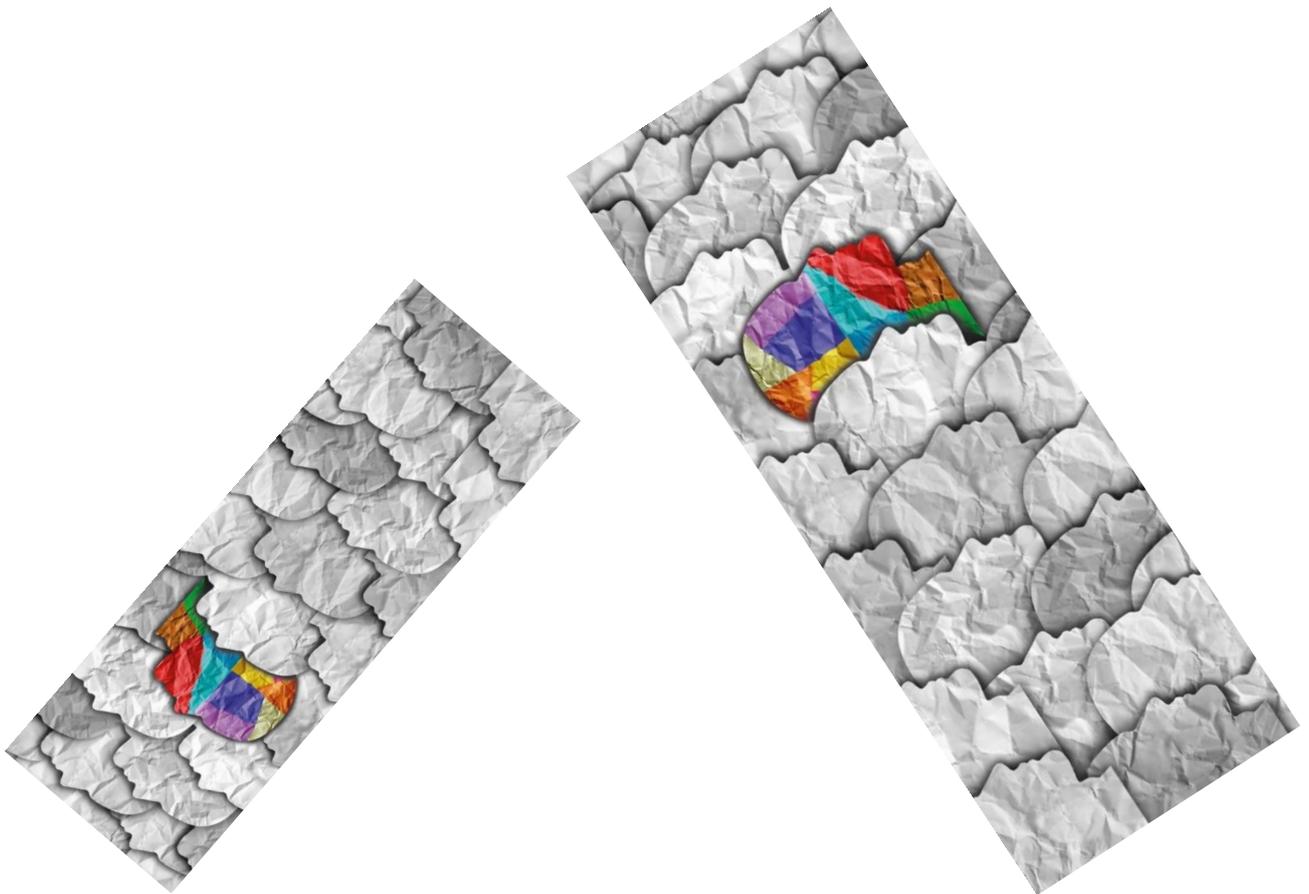
Emmanuel Urbu a souffert pendant plus de 20 ans de troubles bipolaires ; il a failli mourir plusieurs fois de leurs conséquences. Il est aujourd'hui considéré rétabli par ses médecins. La précision de sa plume au sujet des troubles est logique et évidente. Elle l'est encore plus dans cette *Consultation* puisqu'il est issu d'une famille de médecins. Il sait donc parfaitement jouer les deux rôles : celui du patient et celui du thérapeute...

L'autopublication de *Consultation* a suscité la commande de la « version longue » par l'éditeur Enrick Barbillon enrickb-editions.com, parue en mars 2023 et intitulée : *S'apprivoiser - Confessions d'un ex-bipolaire en consultation*.

Pour être accessible au plus grand nombre, *Consultation* d'Emmanuel Urbu est en vente sur Amazon à 6,97€ en broché et à 3,97€ sur liseuse ainsi qu'à 7€ auprès de l'auteur.

Emmanuel Urbu e.urbu.consultation@gmail.com





L'accueil des familles – Infos pratiques

L'accueil est au cœur de la mission de l'Unafam. Celle des accueillants consiste essentiellement à soutenir les familles pour apaiser, réconforter, renforcer l'énergie et l'espoir parfois défailants. Se sentir écouté et compris permet la libération de la parole, de la douleur, et permet de reconnaître la maladie, voire de l'accepter ; cette parole partagée avec des pairs, est souvent le début d'un lien, d'un appui sur lequel on sait pouvoir compter.

**Permanences téléphoniques en Loire-Atlantique pour prise de rendez-vous individuel
du lundi au vendredi de 9h à 19h - Un seul numéro : 02 51 83 17 73**

Les cafés-rencontres

NANTES Un samedi matin par trimestre - 10h30-12h30 - 5 rue Moquechien

PORNIC 2^{ème} lundi du mois 17h30 à 19h30 - Centre communal d'action sociale (CCAS), 1 rue Jean Sarment, bat B

ANCENIS 2^{ème} samedi du mois – 10h30 à 12h - Espace Corail, 30 place Francis Robert

CHATEAUBRIANT 1^{er} lundi du mois à 14h30 - Club House-La ville en bois-rue Winston Churchill

Permanence à St Nazaire

3^{ème} mercredi du mois de 10h à 12h - Maison des usagers du Centre Hospitalier, 11 bd Charpak

Les groupes de parole

GUERANDE Dernier mardi du mois - 17h30 à 19h30 – animé par une psychologue – Allée Waroc'h-salle du Lechet

NANTES 3^{ème} jeudi du mois à 19h à 20h30 - 5 rue Moquechien – inscription préalable souhaitée - Animé par une psychologue.

Balade bol d'air

NANTES Une fois par mois, généralement le 2nd mardi. Inscription : 44@unafam.org

Atelier d'Art-Thérapie

NANTES 1^{er} lundi du mois - 18h à 19h30 - 5 rue Moquechien - animé par une art-thérapeute - places limitées - inscription préalable obligatoire eco.ha.unafam@caramail.fr

Plus d'info, sur le site internet Unafam, rubrique 'Contacter l'Unafam en France/44'

<http://www.unafam.org/-44-Accueil-en-Loire-Atlantique-.html>

Les formations Unafam

Atelier Prospect

Cet atelier de trois jours est ouvert à tous les adhérents désireux de progresser dans la manière de faire face à la maladie psychique d'un proche. Il s'appuie sur une méthode élaborée au niveau européen. Prochaines dates à Nantes : **1, 2 et 3 décembre 2023.**

Formation « Troubles psychiques »

Cette formation permet de mieux comprendre les réalités de la maladie psychique et ainsi d'améliorer l'accompagnement de nos proches.

Prochaine date à Nantes : **18 novembre 2023**

Certains d'entre vous reçoivent encore les informations de l'Unafam par La Poste. Le coût de ces envois papier est élevé. Merci de nous communiquer votre adresse mail à 44@unafam.org

La révision, la correction, la mise en forme et en page de cette lettre d'information ont été assurées par Florence Lesavre, bénévole.