

Le Bulletin de la délégation des Pyrénées Atlantiques



N° 36- avril 2021 - UN PAS SUPPLÉMENTAIRE VERS LA RÉHABILITATION PSYCHOSOCIALE



Chers Amis,

*Et nous revoilà confinés avec
la vaccination pour en sortir.*

Bon courage à tous !

Malgré cette année particulière qui a restreint de nombreuses activités nous nous réjouissons de voir la place des familles davantage prise en compte aussi bien à PAU qu'à BAYONNE comme vous le lirez dans ce bulletin.

Nous avons pu néanmoins retrouver en présentiel de nombreux bénévoles lors d'une réunion à SALIES DE BÉARN où nous avons pu également animer une journée d'information sur les troubles psychiques. Nous reprogrammons au dernier trimestre les stages PROSPECT et la formation « mieux communiquer avec un proche schizophrène » ainsi que notre assemblée générale.

L'écoute téléphonique continue ainsi que les accueils et les groupes de paroles malgré les difficultés liées aux restrictions. Bravo aux responsables des groupes de paroles et aux psychologues qui essaient, vaillent, de les continuer et de les dédoubler en présentiel ou par vidéo.

Une nouvelle résidence accueil va ouvrir en 2022 à BILLÉRE grâce à Habitat et Humanisme qui disposera de 24 places pour malades stabilisés.

Vous avez peut-être vu à la télé (TF1 et la 5) des spots publicitaires de l'Unafam grâce au bureau national qui est monté au créneau pour les soins sans consentement (à lire sur le site de l'Unafam : unafam.org).

Je vous signale également en lien avec ce bulletin la rubrique « vers le rétablissement » qui se trouve dans la première rubrique « Troubles et Handicap Psy » de la page d'accueil du site national où vous trouverez des conseils axés sur le rétablissement de votre proche.

Espérant pouvoir vous retrouver avec vos proches, pour se rencontrer dans une ambiance détendue à notre journée détente (paella, tournoi pétanque et concert) du **samedi 29 mai à AUTERRIVE (64270)**, je vous souhaite de pouvoir profiter du beau temps en prenant soin de vous-même et de vos proches.

Très chaleureusement,

Emmanuelle SAINT MACARY
Présidente Déléguée UNAFAM

Réunion des bénévoles à Salies de Béarn jeudi 11 mars 2021



Le 26 février dernier, Emmanuelle SAINT MACARY et Dominique LETAMENDIA ont rencontré le Docteur Pierrette ESTINGOY, psychiatre, praticien hospitalier ainsi que Madame Johanna SALGUERO, psychologue spécialisée en neuropsychologie.

Ce rendez-vous avait pour objet de nous informer sur la création du centre de réhabilitation psychosociale par le Centre Hospitalier de Bayonne, dans le pôle de psychiatrie adulte sur le site Cam de Prats, et des nouvelles approches thérapeutiques proposées.

“ L’Unafam est particulièrement heureuse de voir se développer cet esprit de coopération entre familles et soignants, dans le respect des rôles respectifs de chacun, mais dans l’idée d’un accompagnement commun dans le parcours de nos proches. ”

Qu’est-ce que la réhabilitation psychosociale ?

La réhabilitation psychosociale peut se définir comme l’ensemble des mesures visant à aider les personnes souffrant de troubles psychiques sévères à se rétablir, c’est-à-dire à obtenir une qualité de vie et d’adaptation satisfaisant.

La principale nouveauté thérapeutique en psychiatrie consiste à se centrer sur le potentiel à travailler, les difficultés perçues et les capacités préservées de la personne, plutôt que sur sa maladie.

Elle concerne donc différents champs de la personne : clinique (reconnaissance des symptômes, acceptation des traitements), fonctionnel (remédiation des capacités cognitives, relationnelles et de l’autonomie), social (logement, gestion du budget, retour à l’emploi).

L’équipe du Centre Hospitalier de Bayonne est actuellement composée de 2 personnes :

- ◆ **Le docteur Pierrette ESTINGOY**, Psychiatre praticien hospitalier au CH de Bayonne, médecin chef de l’intersecteur de Cam de Prats et médecin responsable :
 - de l’unité d’hospitalisation à temps plein de transition « **Aintzina** » (24 lits) axée sur la réhabilitation de patients hospitalisés au long cours en raison de la complexité de leur situation clinique et sociale.
 - de l’unité des activités thérapeutiques « **Etxola** », composée d’une équipe pluridisciplinaire qui propose des soins individuels et groupaux alternatifs et intervient sur l’ensemble des unités sectorielles et intersectorielles.
 - et enfin du **centre de réhabilitation**, unité de soin ambulatoire qui développe en réseau avec les unités de secteurs (CMP, CATTP et HDJ) et la clinique Caradoc les soins axés réhabilitation en psychiatrie.
- ◆ Et **Madame Johanna SALGUERO**, Psychologue clinicienne spécialisée en neuropsychologie à temps plein sur la réhabilitation.

Objectifs du centre de réhabilitation

- Favoriser chez la personne la reconnaissance des troubles (l’insight), l’acceptation des soins, l’espoir d’un rétablissement et le fait de trouver un sens à sa vie
- Développer le sentiment de pouvoir d’agir de la personne sur la maladie et lui permettre de prévenir les rechutes et les hospitalisations (notamment sans consentement),
- Aider la personne à récupérer un degré de fonctionnement personnel et relationnel satisfaisant et à le maintenir pour éviter la perte d’autonomie,
- Accompagner la famille et des proches,
- Lutter contre la stigmatisation (et l’autostigmatisation) et les discriminations dont sont victimes les personnes souffrant de troubles psychiques, notamment en agissant sur le territoire (SISM...).

Pour qui ?

Ce service est dédié aux personnes souffrant de troubles psychiques graves entravant le développement de la personne, et plus particulièrement de troubles apparentés aux schizophrénies et au spectre de l’autisme sans retard intellectuel.



Fonctionnement

Tout patient déjà suivi par un psychiatre peut demander une consultation pour avis médical en réhabilitation, soit directement, soit par l'intermédiaire de son psychiatre ou médecin traitant (mais toujours en accord avec le psychiatre référent du suivi).

Un avis médical de réhabilitation, éventuellement complété par un bilan neuropsychologique spécifique sera alors donné avec proposition de soins et d'activités thérapeutiques, en individuel ou en groupe, complétant la prise en charge en cours.

Actuellement certains groupes thérapeutiques sont mis en place sur le site, auxquels s'ajoutent les soins axés réhabilitation des secteurs et de l'équipe Etxola (liste non exhaustive) :

- Groupe de psychoéducation « psychose et cannabis » (1 à 4 séances),
- Groupe de psychoéducation « troubles psychotiques » (6 séances),
- Groupe de psychoéducation « gestion du stress et des émotions » (8 séances)
- IPT (psycho-thérapie intégrative) : groupe de remédiation cognitive et sociale sur plusieurs modules à raison 2 fois par semaine pouvant se prolonger pendant un an,
- Projet de réunions d'échanges avec familles et patients.

La différence essentielle avec les soins classiques en psychiatrie est l'approche partenariale avec le patient et sa famille en s'intéressant davantage aux conséquences concrètes des symptômes sur la vie quotidienne et les habilités sociales du patient (et pas seulement à leur réduction) qui pourra espérer **un rétablissement plus rapide et durable.**



► **CENTRE DE RÉHABILITATION PSYCHOSOCIALE**

CHCB Pôle de Psychiatrie Adulte - Hôpital Cam De Prats

05 33 78 80 05 (680 05) - pestingoy@ch-cotebasque.fr - jsalguero@ch-cotebasque.fr

► **La CLINIQUE CARADOC**

*propose le même type de soins mais plus spécialement réservés aux personnes souffrant de troubles bipolaires ou de troubles psychotiques . **05 33 78 09 90** - accueil.rehab@caradoc.fr*

► **Le CENTRE HOSPITALIER DES PYRÉNÉES à PAU**

*possède également une unité de soins de réhabilitation. **U.M.S.R. Unité de Moyens Séjours de Réhabilitation** - pôle 2 de psychiatrie générale et de soins de réadaptation-réinsertion du CHP. **05 59 80 93 33** - **05 59 80 93 45***

Projet au CENTRE HOSPITALIER DES PYRÉNÉES à PAU

Dans le cadre de la création du nouveau centre de jour à l'entrée du CHP de Pau qui ouvrira mi-juin, la mise en place d'un **"bureau des familles"** est à l'étude. L'Unafam a été invité à participer à l'élaboration de ce projet.

Ce dispositif aura pour but d'inclure les familles et de les positionner comme partenaire de soin afin de réhabiliter le patient dans son environnement social .

Après un temps d'accueil et de rencontre avec les familles pour entendre leurs besoins, et recueillir leurs inquiétudes et leurs attentes, le bureau des familles sera un espace de travail et de partenariat. Les familles seront sollicitées pour co-construire le projet de vie du patient avec ce dernier, les soignants et les partenaires .

L'espace dédié permettra d'avoir accès à différentes sources d'information sur la santé mentale, les dispositifs existants, les événements.

Le **bureau des familles** fonctionnera par permanences une fois par semaine .

L'équipe référente se compose de la cadre du centre de jour, 3 infirmiers, un assistant social, un psychologue référent. Seront également amenés à intervenir l'ensemble de l'équipe du centre de jour, le pair-aidant, un bénévole de l'Unafam.

Le **bureau des familles** s'adressera aux familles des proches suivis à l'hôpital de jour et au CATTP ainsi qu'aux familles de jeunes de 18 à 25 ans identifiés comme atteints de psychoses émergentes.

quelques FLASHS ... à noter dans vos agendas !

- ⇒ L'atelier d'entraide **PROSPECT**, annulé en janvier dernier, est reporté les **jeudi 21, vendredi 22 et samedi 23 octobre 2021**. A la Maison des Associations de Biarritz. - Contact : 64@unafam.org
- ⇒ **MAISON RELAIS / Pension de famille Sainte Odile** à BILLERE gérée par HABITAT et HUMANISME ouvrira en 2022 et propose **24 places pour des personnes inscrites en parcours de soin**.
- ⇒ **Journée détente à AUTERRIVE** (64270) pour les familles et leur proche **SAMEDI 29 MAI 2021**.
- ⇒ **le PSYCHODON** aura lieu à l'Olympia le **SAMEDI 12 JUIN 2021**. Soirée à l'olympia qui sera diffusée sur C8 à 21h.

- ⇒ **TROUVER DU REPIT et prendre des vacances !** Pour se détendre, souffler, prendre soin de soi, il faut prendre du « répit » Respire, Ecoute, Partage, s'Informe, se Transforme.

Cette période de pandémie est une épreuve pour de nombreuses personnes, en particulier pour nous, aidants familiaux. Beaucoup d'entre nous présentent un épuisement et une fragilité psychologique qui rend les séjours où l'on peut enfin souffler d'autant plus précieux.

C'est pourquoi **l'ŒUVRE FALRET** en partenariat avec l'UNAFAM, reconduit en 2021 ces séjours **RÉPIT** et **PARENTHÈSE**, malgré le contexte sanitaire actuel et grâce aux aménagements nécessaires. La bonne nouvelle est que, cet été, en juillet et septembre, trois séjours auront lieu en bord de mer à **PORNICHET !**

Catherine Savourmin : 06 78 73 86 19 - repit.info@oeuvre-falret.asso.fr



Beaucoup d'autres structures existent destinées à soulager les aidants familiaux ou leurs proches, mais il faut être vigilant car elles répondent chacune à des besoins différents. On peut se renseigner sur internet ou auprès du **Conseil National des Loisirs et du Tourisme Adaptés (CNLTA)**, secteur adulte, qui en répertorie un certain nombre. 05 49 71 01 32 - cnlta@district-parthenay.fr

Des aides peuvent être accordées pour ces séjours répit par différents organismes : CAF, mutuelle, sécurité sociale, caisses de retraite, CCAS, chèques vacances...

Enfin, pour ne pas s'épuiser dans l'assistance d'un proche dépendant et garder du temps pour soi, on peut aussi penser à des solutions d'accueil de jour ou d'hébergement temporaire.

Autre solution possible, une de nos familles a rencontré **Mickael DOUANIER**, professionnel du monde médico-social qui intervient au foyer de St Palais et propose des solutions adaptées et personnalisées, à la réalisation de projets, de loisirs, sorties ou voyages. Les retours sont très positifs.

ATLAS 40 - 06 59 60 35 45 - mdouanier.atlas40@gmail.com

UNAFAM près de chez vous

La délégation UNAFAM 64

Maison des Associations - 2 rue Darrichon - **BIARRITZ** 64200 (siège départemental)

Résidence Ansabère II - Avenue du Loup - **PAU** 64000

mail : 64@unafam.org - site : www.unafam.org/64

N° de téléphone unique pour tous les points d'accueil du département :

05 40 39 59 07

Présidente : Emmanuelle SAINT-MACARY - **Trésorier** : Jean MICHEL - **Secrétaire** : Marie-Dominique HOCHEDÉZ
Bureau : Christine HUBARD, Christine ELHORGA, Eliane BRUNNE, Hélène GARCIA, Evelyne DARMANA

- ⇒ la délégation UNAFAM 64 est animée par 30 bénévoles
- ⇒ des Groupes de Parole et des Ateliers d'entraide Prospect
- ⇒ des rencontres avec des professionnels
- ⇒ des représentations auprès de nombreuses instances médicales et sociales.
- ⇒ un bulletin d'information

Responsable de la publication : Dominique Letamendia

Ont participé à ce numéro : Emmanuelle Saint Macary, Marie-Dominique Hochedez, Christine Elhorga, Eliane Brunne, Christine Hubard, Hélène Garcia, Evelyne Darmana.