

Le Bulletin de la délégation des Pyrénées Atlantiques



N° 38- octobre 2021 - ZOOM SUR LES SEMAINES D'INFORMATION DE LA SANTE MENTALE



Chers Amis,

Après un été où nous avons pu retrouver nos proches, la rentrée a démarré sur les chapeaux de roue avec les quatre forums d'associations à Biarritz, Bayonne, Anglet et Pau.

Grâce à vous, nous avons pu avoir un stand Unafam à chacun de ces forums, ce qui permet de toucher un large public et avons rencontré plusieurs personnes prêtes à nous aider, ce qui est très encourageant. Un de mes objectifs est vraiment de faire davantage connaître l'Unafam autour de nous pour qu'une famille qui a besoin de nous sache que nous existons pas loin d'elle. Pour cela, n'hésitez pas à témoigner et à diffuser nos tracts Unafam un peu partout.

Les **SISM (SEMAINES D'INFORMATION DE LA SANTÉ MENTALE)** programmées pour la première fois en octobre autour de la journée du 10 octobre (journée mondiale de la santé mentale) ont permis de mieux connaître les acteurs locaux de la santé mentale en organisant de nombreuses manifestations dont ce bulletin se fait l'écho. De nombreux bénévoles Unafam se sont impliqués, merci à eux.

Au niveau national, les assises de la santé mentale et de la psychiatrie se sont tenues les 27 et 28 septembre dernier. Initiative gouvernementale positive, même si de nombreux points, comme faire tomber les barrières entre le sanitaire, le social et le medico social (intérêt des PTSM, PROJETS TERRITORIAUX DE SANTÉ MENTALE) pour un soutien à l'autonomie (logement, parcours inclusif) n'ont pas été abordés. Notre présidente, Marie Jeanne RICHARD a rappelé « pas de soins sans accompagnement, pas d'accompagnement sans soins ». En révélant les vulnérabilités psychiques des publics, la crise sanitaire rappelle la nécessité et l'urgence d'adapter et d'améliorer les stratégies de repérage précoce et d'orientation. Une meilleure prise en compte de ces troubles qui passe par l'information

et la détection précoce de ces troubles ainsi qu'une diffusion des programmes de premiers secours en santé mentale (PSSM) et un programme d'aide à la recherche ont été retenus.

Nous devons nous mobiliser pour faire de la santé mentale un sujet prioritaire de la présidentielle. Un site internet dédié, laforcedavancer.unafam.org, permet à chacun(e) d'interpeller le candidat de son choix sur Twitter pour que la santé mentale soit l'affaire de tous et incluse dans les programmes politiques. Plus vos partages et interpellations seront nombreux, plus notre combat aura du poids face aux candidats à l'élection présidentielle de 2022 !

Nous vous proposerons des temps festifs pour nous retrouver avec nos proches qui le souhaitent et espérons vous retrouver à notre prochaine **assemblée annuelle à SALIES DE BERN le samedi 27 novembre 2021.**

Amitiés.

Emmanuelle SAINT MACARY
Présidente Déléguée UNAFAM 64



SISM 2021 dans le Pays Basque et le Béarn

La 32ème édition des **SEMAINES D'INFORMATION EN SANTÉ MENTALE** a eu lieu du lundi 4 au dimanche 17 octobre 2021. Thème cette année : **SANTÉ MENTALE ET RESPECT DES DROITS**.

Les **SEMAINES D'INFORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE (SISM)** s'adressent au grand public. Chaque année, citoyens, associations, professionnels organisent des actions d'information et de réflexion dans toute la France.

Elles donnent l'occasion de **SENSIBILISER** le public sur la santé mentale, de **RASSEMBLER** des professionnels et des usagers, et pour nous, les familles de **S'INFORMER** sur les sites, outils, ou personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité.

⇒ à **BIARRITZ, mardi 12 octobre**, une conférence dynamique a été organisée par le Conseil Local de Santé Mentale, en partenariat avec des structures locales, sociales, médico-sociales, l'Unafam et des usagers.

Le thème choisi, « **LE DROIT AU RÉTABLISSEMENT EN SANTÉ MENTALE OU COMMENT ACCÉDER À LA RÉHABILITATION PSYCHO-SOCIALE** » a été présenté par le Docteur Pierrette Estingoy, du Centre Cam de Prats à Bayonne, le docteur Marie Brisebarre de la Clinique Caradoc, suivi de trois témoignages de patients rétablis, très émouvants et remplis d'espoir. Des structures locales étaient présentes pour renseigner les familles sur tous les dispositifs d'accompagnement dans le département.

Nous encourageons ce type d'évènement qui permet non seulement de créer du lien entre tous les partenaires mais aussi de s'informer et de s'orienter dans le parcours du combattant que les familles s'efforcent de suivre avec tant de difficultés.

⇒ à **BAYONNE, le 13 octobre**, jour du marché, place des Gascons : **Quelle est votre humeur ce matin ?**



Nous avons choisi d'aller à la rencontre des gens dans l'espace public.

Des stands et des animations sur la santé mentale ont été proposés par des professionnels de la santé, du social et les jeunes services civiques de la ville de Bayonne. Des infirmières, cadres de santé et Unafam 64 étaient présents pour répondre aux passants, surpris et enthousiastes.

Une expérience intéressante pour se faire connaître de façon conviviale.

⇒ La **MÉDIATHÈQUE DE BAYONNE**, qui s'implique chaque année pour les SISM, a organisé 2 évènements cette année :

- **vendredi 8 octobre**, une rencontre avec le comédien et rappeur GRINGE qui présentait son livre « *Ensemble on aboie en silence* », récit autobiographique qui évoque son frère cadet, Thibault, diagnostiqué schizophrène à l'adolescence.
- **le vendredi 15 octobre**, une conférence nous a fait réfléchir sur « l'art brut » à travers Jean Dubuffet qui a rompu avec « l'art culturel » en partant à la recherche d'œuvres créées par ceux qu'on appelait « les fous » dans les prisons ou les hôpitaux. Bravo à Jean-Yves Roques de nous avoir raconté cette histoire passionnante, et merci à la médiathèque de Bayonne de sensibiliser son public aux problèmes de santé mentale.



Osons parler de la santé mentale !

⇒ à **SAINT JEAN PIED DE PORT**, Chantal Secretan a vu pour nous le film « **LES INTRANQUILLES** »

C'est l'histoire d'un couple, Damien, Leila et leur enfant ; ils font tout pour rester unis malgré la maladie de Damien, la **bipolarité**. Il refuse de prendre ses médicaments et devient de plus en plus incontrôlable. Leila fait face aux épreuves mais son quotidien devient un enfer, tous deux sont dépassés par ce qu'ils vivent mais ils tiennent bon.

Ce film à forte teneur autobiographique nous laisse penser que l'amour d'une famille unie et indestructible est un vrai rempart contre la maladie et permet de ne pas sombrer devant un avenir qui, nous le savons bien, est très complexe...

A l'issue du film, un débat a été animé par Charlotte Camus, coordinatrice du Conseil Local de Santé Mentale, une psychiatre et deux infirmiers du CMP.



⇒ à **LA SALLE BALAVOINE DE BIZANOS**. Annie Le Prat, a assisté à un spectacle de « **Melle LAURE** »

C'est à l'âge de 28 ans que Mademoiselle Laure entre dans la maladie et doit accepter cette petite « bête noire » qui grandit en elle et avec laquelle elle lutte pendant 11 ans avant d'accepter le diagnostic de bipolarité.

Depuis, elle a accepté sa maladie ainsi que son traitement, a retrouvé une vie plus stable lui permettant de reprendre son activité artistique, écrire des chansons sur ses blessures, ses souffrances, ses joies et ses espoirs... La « petite bête noire » devient matière à création et partenaire. Sa maladie devient une ouverture. Son traitement devient un ami.

Elle partage avec le public le combat intérieur intense et invisible causé par la bipolarité. La musique rythmée de Bruno Josué l'accompagne et donne un écho sensible aux paroles de Mlle Laure, avec beaucoup d'humour, de surprises.

Merci, Mademoiselle Laure, pour votre présence sur scène, votre voix très belle, et vos textes qui nous parlent.



Vu aussi pour vous au cinéma **le MELIES de PAU, le 3 octobre** :

« **LA FORÊT DE MON PÈRE** » de Véro Cratzbom, qui s'est inspiré de son propre père et qui dépeint l'amour inconditionnel d'une fille pour son père atteint de troubles psychiques.

Un débat très intéressant a suivi, animé par le docteur Pierre Godart, le Docteur Jean-Marie-Vignaux, Emmanuelle Saint-Macary et un patient stabilisé. Le docteur Jean-Marie Vignaux, pédo-psychiatre a bien expliqué que les enfants n'arrivent souvent pas à faire la différence entre leur papa et le malade. *Il ne faut pas négliger la nécessité d'un accompagnement. Permettre à l'enfant de comprendre les troubles pathologiques parentaux, c'est lui permettre de s'en protéger et de se rendre actif dans la construction d'un meilleur environnement.*

MERCI A TOUS NOS PARTENAIRES ET EN PARTICULIER AUX ARTISTES QUI S'ENGAGENT !

quelques FLASHS ... à noter dans vos agendas !

Prochaine ASSEMBLÉE ANNUELLE UNAFAM 64

Samedi 27 novembre à 9 H 30 au CASINO de SALIES DE BEARN

La prochaine JOURNÉE DÉTENTE du 14 mai 2022

La JOURNÉE D'INFORMATION AUX TROUBLES PSYCHIQUES du samedi 19 mars 2022

UN NOUVEL ACCOMPAGNEMENT INNOVANT ET INCLUSIF POUR LES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP.

Son nom ? L'assistant au parcours ou au projet de vie (A.P.V).

Il a pour ambition d'accompagner les personnes handicapées dans l'élaboration et la construction de leur projet de vie, en mobilisant le milieu ordinaire en priorité.

Une aide sur tous les fronts.

Un bureau a ouvert à Hendaye sur la Côte Basque au printemps 2021. On peut faire une demande directement auprès du dispositif (pas besoin d'une recommandation de la MDPH).

Tél. : 05 59 20 04 61

ZOOM SUR LES FORMATIONS,

Tous les adhérents intéressés à devenir bénévoles sont invités à se former et nous avons la chance d'avoir des formations très intéressantes et entièrement prises en charge par l'UNAFAM (trajet et logement) aussi n'hésitez pas à vous inscrire aux formations proposées, à commencer par la formation initiale des pairs aidants famille :

Début du 1er jour à 11h

- lundi 17 janvier 2022 au mardi 18 janvier 2022 **Paris**
- samedi 12 mars 2022 au dimanche 13 mars 2022 **Paris**
- jeudi 7 avril 2022 au vendredi 8 avril 2022 **Montpellier**
- samedi 14 mai 2022 au dimanche 15 mai 2022 **Paris**
- lundi 13 juin 2022 au mardi 14 juin 2022 **Paris**
- samedi 17 septembre 2022 au dimanche 18 septembre 2022 **Marseille**
- lundi 10 octobre 2022 au mardi 11 octobre 2022 **Paris**
- mardi 15 novembre 2022 au mercredi 16 novembre 2022 **Paris**
- mercredi 7 décembre 2022 au jeudi 8 décembre 2022 **Paris**

UNAFAM près de chez vous

La délégation UNAFAM 64

Présidente : Emmanuelle SAINT-MACARY - **Trésorier :** Jean MICHEL - **Secrétaire :** Marie-Dominique HOCHEDÉZ

Bureau : Christine HUBARD, Christine ELHORGA, Eliane BRUNNE, Héléne 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

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

PAU 64000 - Résidence Ansabère II - Avenue du Loup

N° de téléphone unique pour tous les points d'accueil du département : **05 40 39 59 07**

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

Responsable de la publication : Dominique Letamendia

Ont participé à ce numéro : Emmanuelle Saint Macary, Marie-Dominique Hochedez, Christine Elhorga, Evelyne Darmana, Annie Leprat, Chantal Secretan.