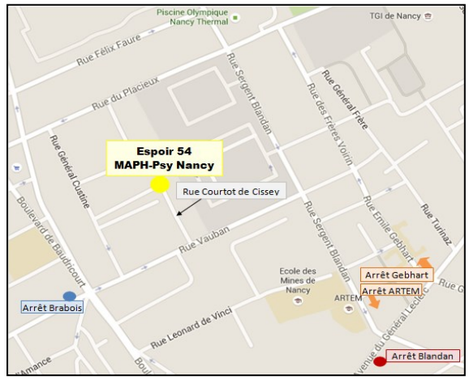
Agenda

A ne pas manquer :

- « Oh ! », porté par la compagnie Tout va bien avec les acteurs de l'ESAT théâtre "La Mue du Lotus ": **le 17 novembre 2019 à 18h et le 18 novembre 2019 à 10h à la salle Poirel.**
- « On maîtrise ! » à partir de Dom Juan est porté par la compagnie Espocible (produit par Espoir 54 et Autrement dit) : **les 29 et 30 novembre 2019 à 20h30 au théâtre Mon Désert.**
- Reprise d'un groupe de parole animé par Stéphane Voinson. : « Réinterrogeons nos pensées au service d'une citoyenneté solidaire ». Ouvert aux usagers, professionnels et bénévoles. **Premier jeudi du mois à partir de novembre, de 17h à 18h30 dans les locaux Espoir 54—MaPH-Psy de Nancy.** Renseignements : 03-83-55-00-00.
- Inauguration de MaPH-Psy Briey le **11 novembre 2019** — Portes-ouvertes à partir de 9h30, exposition photos et œuvres collectives, témoignages et poèmes...
- 3ème journée de promotion de la santé mentale, le **14 novembre 2019 :** «Implication citoyenne en santé mentale : réalité et perspectives » - 8h30 à 16h30—Auditorium La Croisée Domaine de L'Asnée, 11 rue de Laxou, 54600 VILLERS-LES-NANCY. Préinscription obligatoire : inscriptionjpsm2019@cpn-laxou.com (30€).

Pour vous rendre à la MAPH-Psy Nancy située 28 bis rue du Colonel Courtot de Cissey



Devenez adhérents d'Espoir 54

Pour recevoir régulièrement notre Bulletin, participer aux orientations et bénéficier de notre bilan annuel à l'occasion de l'Assemblée Générale, il suffit de devenir membre adhérent de l'association.

Adhésion de base : 15 € (5 € pour les adhérents—usagers)

Au-delà de l'adhésion, les dons ouvrent droit à réduction fiscale.

PARTENAIRES finançant le bulletin

ville de Nancy

Nous contacter

Espoir 54 - MAPH-Psy Nancy—28 bis rue du Colonel Courtot de Cissey 54000 Nancy

Tél : 03 83 55 00 00

Courriel : espoir54@espoir54.org **Site : www.espoir54.org**

Espoir 54

Bulletin de liaison

Bulletin n° 36 - Octobre 2019

Edito

Les membres du GEM de Longwy et Briey vous proposent ce témoignage en guise d'éditorial.

L'auteur souhaite laisser ce document sans correction orthographique, car il considère que cela fait partie de lui et de son histoire par rapport à sa scolarité dite « chaotique ».

Je m'appelle Alexandre Dropsy, j'ai 30 ans.

J'ai eu une enfance difficile ou mes parents ont divorcés, j'ai mal vécu la séparation. Je suis atteint d'une hydrocéphalie et mes parents voulaient à tout prix que je réussisse dans ma scolarité.

J'ai étais scolarisé dans une école spécialisée à l'école de plein air de Moulaine. Mon papa à des gros soucis avec l'alcool, du coup vu qu'il voulait que je réussisse, je me suis pris des coups.

Puis j'ai étais orienté par les professionnels de santé vers espoir 54 , je me suis plongé dans l'alcool, car suite à mon enfance difficile, je voulais oublié tout ce qui m'étais arrivé dans ma jeunesse. J'ai étais hospitalisé suite à de grosses consommations à ne plus m'en souvenir de ce qui s'étais passer.

Ce que j'aime à espoir 54 s'est que je ne me suis pas senti juger suite à mon parcours, j'ai également subi à cause de mes soucis personnel (séparation avec la mère de mes enfants) une dépression qui ma valu une hospitalisation en psychiatrie, j'étais vraiment au fond du trou suite à toutes ses péripéties. C'est dans ses moments qu'on se rend compte que la vie ne tiens qu'à un fil. Espoir 54 a été là dans toutes mes périodes difficiles ces dernières années. Autant en étant adhérent au GEM « Le Relais de la Vie » autant par un suivi ARE.

Cela fait 3 ans que je fréquente le Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM), je m'y suis senti grandit, car j'ai arrêté ma consommation et cela m'a permis de décrocher un contrat de travail à durée déterminée d'insertion (CDDI), ce qui j'espére m'ouvrira des portes sur d'autres possibilités.

En plus d'être adhérent au Gem, Je me suis investis un peu plus dans cette association d'adhérents depuis peu ce qui me permet de continuer dans cette association qui mes chère dans un rôle que j'affectionne et donne de mon temps à celui de Président.

Si j'ai un conseil à vous donnez lecteur, ne jamais baissez les bras car même dans les moments les plus durs il faut garder l'Espoir.

Alexandre Dropsy

Président du GEM « Le Relais de la Vie » Longwy

« Ne pas baisser les bras » venez - vous de lire sous la plume d'Alexandre.

C'est ce qui a toujours guidé notre association. Mais pour ce faire, elle a besoin de forces vives, concernées , motivées... Alors vous qui nous suivez, qui nous faites confiance, qui savez que notre action est tendue vers le mieux être de nos usagers, faites nous lire, connaître mieux encore, rejoignez nous....

Annie Molon, Présidente

1 Edito
1 Actualités
2 Vie de l'association
7 MAPH-PSY Nancy
11 MAPH-PSY Longwy
14 MAPH-PSY Briey et Briey
17 MAPH-PSY Toul
20 GEM de Lunéville
21 A votre service
24 Espace adhérents
26 Lectures
28 Agenda

Actualités

Un délégué ministériel à la tête de la psychiatrie française

@ Unafam

Le Professeur Franck Bellivier a été nommé en avril dernier Délégué ministériel à la santé mentale et à la psychiatrie. La Ministre Agnès Buzyn l'a chargé d'impulser une dynamique de transformation et d'ouverture de la psychiatrie et de coordonner le pilotage de la stratégie nationale « santé mentale et psychiatrie. »

Ce professeur de psychiatrie adulte à Paris Diderot dirige également une unité Inserm en neuropharmacologie des troubles bipolaires et des addictions.

« J'ai accepté cette mission car elle nourrit ma fibre militante pour la psychiatrie » a—t'il déclaré. *« On ne peut pas déplorer que notre outil de travail se dégrade et ne pas s'impliquer. Mon approche sera très intégrative et pragmatique (…). Aujourd'hui, il y a urgence. »*

Il y a urgence en effet ! ...et une forte attente de toute la communauté du champ de la santé mentale.

Plan de mobilisation

ACADÉMIE NATIONALE DE MÉDECINE

L'Académie de médecine appelle à un « plan de mobilisation nationale et internationale » pour la psychiatrie et la santé mentale. Le 4 juin 2019, l'Académie a adopté le texte du rapport du Pr. Jean-Pierre Olié.
Ce plan de mobilisation se traduirait notamment par la création d'un Institut de psychiatrie, sur le modèle de l'Institut national du Cancer.
Selon le rapporteur, un tel Institut permettrait de lancer des projets pilotes locaux et de s'engager dans « la mise en place des ordonnances de vie permettant aux malades les plus touchés d'avoir accès à un traitement personnalisé ainsi qu'à une prise en charge sociale susceptibles de favoriser l'indispensable insertion dans la vie collective ».

Parmi les propositions de ce plan de mobilisation, on peut mentionner :

- Donner une priorité nationale à la recherche en psychiatrie
- Réorganiser la formation des psychologues
- Installer un dispositif national de première écoute et d'orientation en santé mentale en s'appuyant sur un réseau renforcé de Maisons des adolescents
- Soutenir le rôle sentinelle du médecin généraliste pour la détection des maladies mentales et l'orientation vers une offre de soin graduée (le taux d'orientation des généralistes français vers des médecins psychiatres est l'un des plus faibles d'Europe…).

« Les malades mentaux demeurent les invisibles de nos sociétés, la maladie mentale restant marquée, dans notre imaginaire collectif, par l'étrangeté et l'idée du handicap. Trop nombreux sont ceux qui paient un lourd tribut à la stigmatisation et au renoncement thérapeutique. Pourtant des progrès considérables ont déjà été accomplis durant les 50 dernières années. […]

La psychiatrie ne pourra retrouver le chemin du progrès que si elle sort de l'invisibilité et de l'indifférence collective pour devenir une cause de mobilisation nationale portée par l'ambition d'inclure les malades dans la société et de les guérir. »

Cette conviction essentielle constitue le fondement commun des différentes recommandations que formule l'Académie Nationale de Médecine.

Imaginer la santé mentale de demain : « Parlons psy »

« Venez partager vos idées et expériences inspirantes pour imaginer la santé mentale de demain ».

Telle est l'invitation proposée par la Fondation de France, associée à l'Institut Montaigne. Huit ateliers régionaux ont été organisés à travers toute la France entre avril 2018 et juin 2019. Ils ont réuni plus de 1500 personnes.
Nancy a eu la chance d'accueillir le 12 juin 2019 cette démarche collective d'un intérêt tout particulier. Dès le début de l'année, un Comité d'organisation d'une douzaine de membres s'est mis en place en Lorraine. Pour Espoir 54, cette initiative a été portée par Pauline Simon, coordinatrice d'action sociale, accompagnée de deux adhérents-usagers, Armelle et Jean-Marc.

« Il ne s'agissait pas d'organiser un « colloque de sachants » mais d'aller à la rencontre des premiers concernés, « pour une vie meilleure dans la société ».

Lectures

« Entre le chapitre sur le trouble de la personnalité antisociale...et le chapitre sur les célébrités qui ont souffert de maladie mentale...quatre années se sont écoulées...au cours desquelles j'ai moi-même atrocement souffert de mes propres problèmes psychologiques. Anxiété sévère et dépression. »

A son grand regret, il a dû interrompre sa formation d'infirmier psychiatrique. *« J'étais trop fragile pour survivre à une formation aussi éprouvante »*. Le travail, les amis, l'amour...devenaient aussi inaccessibles que des rêves. Grâce au dessin, il finit par trouver sa place dans la communauté des dessinateurs et illustrateurs; grâce au dessin, au Prozac et aux réseaux sociaux, il revint petit à petit au monde des vivants. Ce très bel ouvrage se termine par quelques conseils qu'il ose, avec prudence : *« C'est au fond de soi qu'il faut chercher les forces pour surmonter l'épreuve. Talents, espoirs, rêves et désirs. Ce sont eux qui vous sauveront. »*

MCB

Alzheimer : une vie pleine de défis !

C'est le titre de l'ouvrage de CAMERON J. CAMP dont la traduction française vient de paraître aux Editions ESF.

Le sous-titre en souligne tout l'intérêt : *« Des solutions pratiques pour un quotidien apaisé »*.

Ce livre est formidable ! Un jour où l'autre il vous sera utile.

Voici la 4ème de couverture :

Vivre sereinement Alzheimer ou d'autres troubles cognitifs est tout à fait possible...si l'on décide de changer de regard sur la maladie.

Le professeur Cameron J. Camp expose sa méthode inspirée de la pédagogie Montessori qui prend en compte la personne et ses capacités. L'objectif est de lui redonner de l'autonomie en lui offrant des choix, en adaptant son environnement pour qu'elle ne soit plus mise en échec.

L'auteur, à partir de nombreux cas réels, décrit le comportement, la cause et surtout les solutions concrètes et simples à mettre en place pour améliorer le quotidien de la personne et de son entourage.

Ce livre est un message d'optimisme réaliste pour toutes les personnes atteintes de troubles cognitifs, leurs proches et les accompagnants professionnels.

Le Pr. Cameron J. Camp est un psychologue mondialement reconnu pour ses recherches visant à améliorer la vie des personnes âgées et de ceux qui les accompagnent. Il a reçu de nombreux prix internationaux. Voici son avant-propos :

« Ce livre est un livre d'histoires. Lorsque j'enseigne ou donne des formations, les histoires constituent mon outil de transmission préféré. Ce sont elles qui ont l'impact le plus fort. Les histoires transmises dans ce livre contiennent chacune des leçons pour faire face aux défis posés pour accompagner des personnes présentant des troubles cognitifs. Elles proviennent toutes de mes expériences personnelles. La très grande majorité de ces histoires implique des individus que j'ai connus ou avec lesquels j'ai travaillé. Elles sont parfois constituées de plusieurs situations proches ou similaires et certains détails ont été modifiés pour protéger l'anonymat. Mais toutes, absolument toutes, sont basées sur des personnes réelles, des problèmes réels et des solutions réelles. »

Une présentation de l'ouvrage est disponible à l'adresse : https://esf-scienceshumaines.fr/hors-collection/333-alzheimer-une-vie-pleine-de-defis.html

Coordonnées :

MAPH-Psy Longwy

5 rue de l'Eglise
54400 LONGWY BAS
Tél : 03-82-44-69-80

MAPH-Psy Terres de Lorraine

428 rue de Briffoux
54200 TOUL
Tél : 03-72-33-03-00

MAPH-Psy Briey

5D avenue Albert de Briey

54150 VAL de Briey

Groupes d'Entraide Mutuelle

Le Fil d'Ariane à Lunéville : 03.55.06.40.48

En raison de travaux dans nos locaux, nous déménageons temporairement au 9 rue René Basset à Lunéville à compter du 26 juin 2019. Notre retour est prévu pour le mois de décembre.

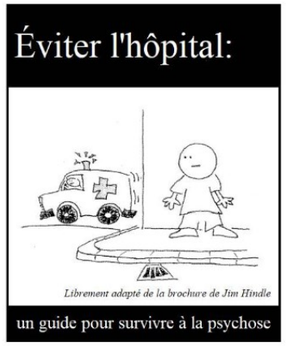
Le Parasol' à Nancy : 03.83.55.00.00

Le Parasol' à Toul : 03.72.33.03.00

Le Relais de la Vie à Longwy : 03.82.44.69.80

Lectures

Un guide pour survivre à la psychose



Ce guide est librement adapté d'une brochure écrite par Jim Hindle, une personne qui a vécu la "psychose" et les "états de conscience altérés". Il a pour but d'aider les personnes à garder un maximum de maîtrise et d'autodétermination face à cela. Rédigée en anglais en 2005, cette version originale est ici traduite et revisitée: des parties ont été ajoutées, d'autres enlevées ou bien modifiées. Il est constitué d'une série de suggestions essentiellement fondées sur des expériences personnelles, donc forcément très subjectives.

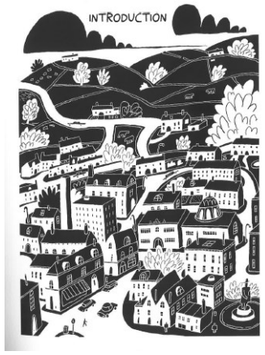
De par la façon dont il aborde les choses et les exemples donnés, il est probable que ce guide concerne plus particulièrement les personnes connaissant des moments de grande exaltation ou d'euphorie, parfois appelées "manie", ainsi que les personnes qui entendent des voix. En fonction de son propre vécu de la "psychose", chacun trouvera donc ces considérations plus ou moins pertinentes.

S'il est important de garder à l'esprit qu'il ne s'agit que de suggestions et certainement pas d'injonctions à suivre au pied de la lettre, qu'on choisisse de suivre certains de ces conseils ou non, il est toujours précieux de partager le savoir que des personnes ont pu tirer après avoir elles-mêmes traversé ces états-là et les stratégies qu'elles ont pu élaborer face à cela. Sentez-vous libres d'adapter et modifier ce guide en fonction de vos propres considérations et de ce qui s'est déjà avéré utile et efficace pour vous.

Source : www.zinzinzine.net, 29 janvier 2019

Pour télécharger le guide : http://www.zinzinzine.net/eviter-l-hopital-guide-pour-survivre-a-la-psychose.html

Fables psychiatriques



« J'ai travaillé plusieurs années comme aide-soignant dans une unité de psychiatrie pour patients difficiles. Au cours de cette période, j'ai tenu un journal dans lequel j'ai fini par accumuler une grande quantité de matière sur le fonctionnement d'un hôpital psychiatrique au quotidien.

Sachant que j'étais dessinateur, certains de mes amis m'ont encouragé à raconter ces histoires en bande dessinée. »

Voici comment se présente d'auteur Darryl Cunningham, dès le premier chapitre des « Fables psychiatriques » parues en 2013 en français (4e éd.), Editions Ca et là. Souffrant lui-même de dépression chronique, il précise :

« Fables psychiatriques a pour vocation de bousculer les préjugés. Ce qui est nécessaire, car la peur et l'ignorance liées aux maladies mentales restent largement répandues dans nos sociétés. [...] Mais ce livre est d'abord pour les patients. Pour ces milliers de personnes affectées au quotidien par cette mystérieuse famille de maladies. »

Retour à la vie

L'auteur, tout à la fois dessinateur, sculpteur et photographe, au travers d'une douzaine de chapitres, évoque les différentes facettes des maladies psychiques, avec talent, pédagogie, humour. Les dessins, tout en noir et blanc, traduisent une grande finesse d'observation.

« Ce que Darryl Cunningham s'attache à faire, avec beaucoup de douceur et d'empathie, est de nous rappeler que derrière ces maladies et ces médicaments aux noms étranges, ces cas et ces termes médicaux, il y a des individus avec des pensées, des sentiments, des espoirs, et des craintes. » (Forbidden Planet)

Dans le dernier chapitre, intitulé « Mon retour à la vie », c'est le propre témoignage de l'auteur qui nous est donné.

Actualités

Ces ateliers ont réuni dans les Grands Salons de l'Hôtel de Ville près de 200 personnes dans une ambiance conviviale et studieuse. Toutes les parties prenantes étaient représentées : soignants, chercheurs, patients, familles, pouvoirs publics….
Ce temps de travail collaboratif devait permettre d'identifier les enjeux majeurs à partir des expériences du terrain et de dessiner collectivement des pistes de progrès et des perspectives d'amélioration.
Cette initiative s'appuyait sur deux convictions fortes :

- Les idées et les solutions viendront du terrain et en particulier des personnes et de leurs proches directement concernés
- Des expérimentations très positives se déroulent déjà, mais elles sont isolées et peu connues.

Les propositions issues des ateliers vont être rassemblées et mise en perspective à l'occasion d'Etats généraux le 9 décembre prochain à Paris, en présence de la Ministre des Solidarité et de la Santé. Nous avons le plaisir de reproduire ci-dessous quelques extraits du témoignage d'un « intervenant inspirant », Blaise Rochat. Il est un usager suisse, ancien infirmier psychiatrique et enseignant en santé, qui milite aujourd'hui dans différentes associations du canton de Fribourg. Les comptes-rendus de l'ensemble des ateliers sont disponibles sur le site de la Fondation de France : www.fondationdefrance.org

Le grand témoin Blaise Rochat

InVivo Copyright 2019

En deux mots, je suis une personne touchée par la schizophrénie. J'ai décompensé sur un mode psychotique à l'âge de 46 ans. Pendant quatre ans j'ai été très délirant avec passablement d'hallucinations auditives, des délires et des paranoïas avec plusieurs hospitalisations en psychiatrie. J'étais marié et mon fils avait 17 ans. À mon sens, ma décompensation est liée à un cumul de souffrance psychique (cancer, septicémie, rupture sentimentale) et probablement à une fragilité. Avant cet épisode, j'ai travaillé comme infirmier en psychiatrie puis comme enseignant dans le domaine de la santé. J'ai donc un double regard : celui d'une personne concernée par la maladie psychique et celui d'un ancien professionnel de la psychiatrie.

Début de la décompensation

C'est l'entente de voix qui a marqué le début de ma décompensation. Les voix que j'entendais étaient en fait des hallucinations psychiques, le son ne passait pas par mes oreilles, mais agissait comme une transmission de pensée. Compte tenu de la prégnance de cette expérience, j'ai progressivement désinvesti les relations avec mon entourage, pour me concentrer sur ces dialogues internes. Au début, je n'étais pas délirant, mais le fait de me couper du monde et d'être en interaction presque continue avec mes voix, m'a totalement saturé d'informations et d'émotions.

Protéger les proches

Pendant les périodes de crise, je pense que les proches devraient surtout penser à se protéger ; qu'il est essentiel de « limiter les dégâts » sur le plan relationnel, afin d'éviter les traumatismes et de garder des possibilités de reconstruction pour la suite. C'est à mon avis le moment où les professionnels, les associations de proches et éventuellement l'hôpital ont à intervenir afin de préserver l'entourage. L'enjeu est très important puisque dans un deuxième temps, la personne décompensée a souvent un grand besoin de ses proches, pour des aspects très concrets lors de l'hospitalisation (habits, argent, congé, liens...). Ensuite pour le rétablissement, quand la vie sociale a été dévastée par la maladie, il ne reste souvent que la famille et les amis très proches pour le soutenir.

Établir une relation significative avec les soignants

Ma situation devenait progressivement incompatible avec la vie, j'étais en danger. Dans ces conditions, l'hôpital était le seul lieu susceptible de casser ce cercle vicieux, de rompre cet isolement pathologique. Par conséquent, le cadre institutionnel en tant que tel a eu une fonction salvatrice. Sur le plan psychique, j'étais dans un monde clos, c'était comme si je ne partageais plus la même langue et les mêmes croyances que les personnes qui m'entouraient. J'étais suspicieux, sur la défensive. L'intensité des souffrances vécues les derniers jours m'amenait toutefois à être soulagé par cette hospitalisation.

Actualités

L'absence de liens significatifs

J'ai eu le sentiment de croiser beaucoup de professionnels sans véritablement pouvoir échanger avec eux de manière significative. J'étais dans mes raisonnements, dans mes délires et eux dans leurs différentes pratiques, plus ou moins normatives. On observait mes attitudes et mes comportements, mais sur le plan de la relation, c'est un peu comme si une fois que l'adjectif « délirant » avait été posé, on ne voyait plus de sens à explorer ce que je vivais. Si je ne cherche pas à comprendre ce que vit l'autre, il n'y a pas de relation significative et cela amène à un risque de contrainte et donc de violence. Si on ne gère pas les choses sur le plan de la parole, sur le plan symbolique on risque d'en être réduit à agir par la contrainte physique. […]

Les connaissances scientifiques sur les maladies psychiques : le sens donné à la maladie

Les manières de se représenter la schizophrénie évoluent sur le plan scientifique et social. Ce qui était considéré comme vrai ou plausible il y a quelques décennies ne l'est plus nécessairement aujourd'hui. […] Si en tant que patient j'adhère à une explication génétique ou neurologique de mes troubles, je vais avoir tendance à rechercher des solutions psychopharmacologiques et probablement à mettre au second plan mes capacités d'adaptation et de résilience. La question est similaire pour les soignants, à savoir si en tant que thérapeute, je pense que c'est essentiellement à travers la médication qu'il est possible de traiter les pathologies psychiques, à quoi bon attacher de l'importance à la parole de la personne malade. Pour échapper à ce risque, il me semble essentiel que les pratiques de soins « ne collent pas » totalement aux connaissances scientifiques. Certaines valeurs professionnelles, comme le fait d'aider la personne soignée à déterminer le sens qu'elle donne à ce qui lui arrive, se situent au-delà des modèles explicatifs des troubles psychiques. Il ne faut pas oublier que la place donnée à la parole du sujet dans sa dimension psychosociale est le fondement même de la démarche du rétablissement. Je vous remercie de votre attention !

Avec l'aimable autorisation de l'auteur

« Pour moi, l'enjeu de la prévention, c'est le pari de l'avenir.[...] J'ai besoin du regard associatif pour être alertée, travailler en phase avec la réalité, mener des actions concrètes, qui répondent aux besoins de terrain et mettre en œuvre de nombreuses politiques publiques »

Agnès Buzyn, Union Sociale, octobre 2017

Bilan d'activité des GEM en 2018

Comme chaque année, la CNSA dresse un tableau de l'ensemble des GEM de France (rapport du 16 juillet 2019). Voici quelques données attestant de leur progression et de l'engagement de l'Etat qui reconnaît le rôle important des GEM dans le parcours des personnes et la transformation du paysage de l'offre destinée aux personnes en situation de handicap.

74 000 adhérents : quelle force !

En 2018, on a dénombré 505 GEM (soit 39 de plus qu'en 2017). Aux 456 GEM financés par la CNSA s'ajoutent 49 GEM que les Agences Régionales de Santé ont choisi de financer avec des crédits CNSA ou d'autres crédits disponibles. Ce sont 36 millions d'euros qui leur ont été consacrés en 2018 (3 millions d'euros de plus qu'en 2017).
74 000 membres ont adhéré à un GEM, dont 74% environ présentent des troubles psychiques. L'année 2019 sera marquée par l'ouverture de GEM à un public avec autisme.

Un enjeu des prochaines années sera de continuer à améliorer la qualité du service rendu dans ces dispositifs en poursuivant leur consolidation et leur accompagnement à travers des actions de formation, d'identification des besoins, d'échanges de pratiques ou encore d'accompagnement spécifique des GEM en difficulté.

Contribuer au rétablissement

Echos du colloque des 11 et 12 mars 2019 organisé par le Fédération Française de Psychiatrie

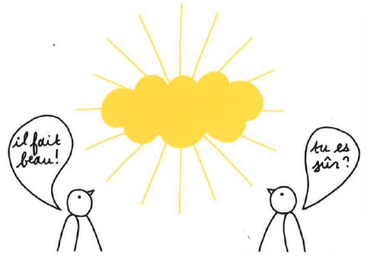
Deux membres du Conseil d'administration d'Espoir 54 ont eu le plaisir de participer à ce colloque intitulé : « Informer, annoncer, parler...pour contribuer au rétablissement ». Où il a été question de citoyenneté universelle, de co-construction du diagnostic par la rencontre, de guérison même ou de l'art de tirer le plus grand profit de la maladie.

Quelques constats …

La parole des usagers avait toute sa place. Au travers par exemple, d'une recherche-action participative à l'unité de jour de St-Germain-en-Laye. « *Seul avec la maladie, on essaye de prendre sur nous. C'est dur. On reste tel qu'on est, mais en se ressourçant dans le monde intérieur où on se réfugie pour pouvoir aller vers le monde extérieur.* » « *La stigmatisation, on ne sait plus si ça vient de nous ou des autres. Rattrapé par la maladie, il y a des moments heureux. Mais c'est un chantier sans fin (…). Il faut du courage et de la patience. Ne pas rester seul (..). De nos défaites, on peut tirer une énergie...* »

Espace adhérents

La Ritournelle des survivants



J'ai laissé mes bottes
Dans les sables mouvants
Mais je suis vivante
Les orteils dans le vent

Je suis quelqu'un d'autre
Moins capable qu'avant
Mais je suis vivante
Comme un soleil levant

Mangez mes accords
Car ceci est mon corps
Et buvez mes gammes
Car ceci est mon âme

Apprenez mes notes
Mon vocable savant
Faites siffler souvent
Mes oreilles de revenante

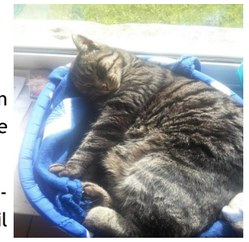
Mauvais sang bouchonné
Et vieux corps rassis
Sont ressuscités
En savoureux vinaigre
Et divin pain perdu

Le paroissien lassé
Qui s'était rassis
En plein évangile
Se redresse pressé
Quand vient l'eucharistie

Secouez la nappe
Et je vais aux oiseaux
Je suis le verre vide
Qui danse qui danse
Qui danse sur la table

Louise Pressager, médiatrice de santé pair
louisepressager.fr

VAD



Bonjour,

C'est avec beaucoup d'émotion que je vous annonce le décès de VAD.

Que ceux qui l'ont connu se rassurent, c'est sans souffrir qu'il est parti.

Après la canicule, il paraissait fatigué, faisait les "100 pas". L'hypothèse du vétérinaire était que la chaleur avait été source de stress et aurait déréglé la glycémie de VAD.

Son était s'est rapidement dégradé : même avec de l'aide, VAD ne s'alimentait plus et ne buvait plus.

VAD fut la mascotte d'Espoir 54, sa mémoire aussi : il a connu des déménagements et de nombreuses péripéties...Qui sait tout ce qu'il aurait pu dire s'il avait pu parler ! En tout cas, pas vos secrets, ni vos pensées, à tous ceux qui l'avez croisé, caressé, aimé.

VAD était le chat d'Espoir 54.

Et même s'il profitait depuis 3 ans d'une retraite pépère dans un petit pavillon avec jardin (mais clôturé pour assurer sa tranquillité, car le passage des chats voisins ravivait toujours son passif de loubard), je pense pouvoir dire sans me tromper, qu'il ne vous a jamais oubliés.

Grâce à vous, il a pu vivre 14 riches années.

Merci pour lui.

Angélique

La pince à linge

Accrochée fièrement à un drap,
Symbole de nos ébats,
Encore chaud d'amour,
Enivrée de mille baisers de velours,
Pince à linge grivoise
Mordant sa proie,
Digne, elle toise,
Son drap fatigué par le vent, plein d'émoi.
Sous la frondaison d'un champ de coquelicots
Balancés par la brise qui susurre de faibles mots,
Effleurant de ses ailes blanches damnées
Ce champ rouge tout coloré.
Notre drap est encore empourpré d'une défloraison précoce.
La pince à linge se moque
Se moque de l'amour la vilaine !
Mais tout à coup, une main câline la détache,
La voilà seule, esseulée sur le fil de la vie.

Vincent

Espace adhérents

GEM : une source d'énergie pour sortir d'un burn-out

« Pour ma part, je suis arrivé au GEM Parasol' suite à un burn-out et c'est le sentiment d'un vide absolu, qui faisait alors ma souffrance. Tenter de le combler me demandait alors une énergie considérable que je n'avais pas. »

Comment le GEM m'a-t-il aidé ?

Tout d'abord en structurant mes journées (les matinées ont commencé à devenir supportables dans la mesure où je savais qu'après manger, vers 13h, je partais au GEM pour y rester jusqu'à la fermeture à 17h). Aussi en m'offrant une écoute bienveillante et une sociabilité respectueuse de mon état d'alors. Enfin en m'aidant à me construire un présent et du vécu à défaut de m'imaginer un avenir.

Puis le GEM est devenu une source d'énergie dont j'avais tant besoin pour me sortir la tête de l'eau. Le dédoublement était spectaculaire : alors que je recherchais simplement le calme mental dans mon quotidien, dès franchie la porte des locaux du GEM montait en moi une irrésistible et incontrôlable envie de faire rire. Vivre à travers l'autre ce rire, en être l'élément initiateur, « m'éclaboussait »… Il m'en revenait cette énergie d'ont j'avais tant besoin.

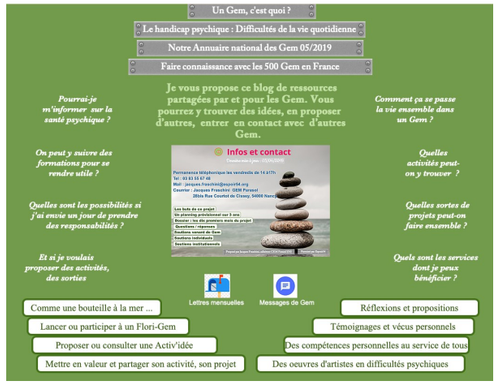
Etre capable de faire rire, vu mon état psychique, a été d'abord pour moi une source d'étonnement : j'ai cherché à comprendre comment était possible cette « politesse du désespoir ». Et j'ai trouvé un livre « L'Humour entre le rire et les larmes. Traumatismes et résiliences », qui m'a apporté beaucoup de réponses

Avec le recul

Aujourd'hui, je ne souffre quasiment plus de ce vide, mais d'un handicap social dû à une forte fatigue chronique qui structure mes journées autour d'irrépressibles nécessités de dormir. Et je rends malgré tout un peu de ce qui m'a été donné dans une démarche de contre-don (et de résilience ?) en ayant imaginé, conçu et diffusé le projet Mut-Gem et son site associé mut-gem.com. Je ne remercierai jamais assez cette infirmière qui lors de mon angoissante sortie d'hospitalisation psy m'avait donné de manière informelle les coordonnées du GEM Parasol en me recommandant d'y aller absolument ; sans elle, je n'aurais certainement jamais bénéficié de ce cadre, de la bienveillance et du soutien indispensables pour affronter ce vide terriblement destructeur. Et le surmonter….

Jacques, adhérent GEM Parasol'
Concepteur-Animateur du projet Mut-Gem et de son site associé mut-gem.com
09 50 94 62 57- mutualisationgem@gmail.com

Des nouvelles du projet Mut-Gem et de son site associé



La phase de consolidation du projet est maintenant bien engagée

La page d'accueil de mut-gem.com est suffisamment aboutie pour ne plus évoluer que dans les détails.

D'ici fin août, les 500 Gem de France auront été contactés individuellement afin de mettre à jour leurs coordonnées sur notre Annuaire national des Gem et de proposer de personnaliser leur page si les adhérents le souhaitent (textes, témoignages, photos, plaquettes, poèmes, chansons composées, etc.).

La Lettre mensuelle a maintenant sa forme définitive avec ses 6 dispositifs de mutualisation pour et par les GEM et ses 6 rubriques d'informations. A compter de septembre, elle sera envoyé uniquement à qui en fait la demande. Pour l'instant, alors qu'environ la moitié des GEM a été contactée, plus de 200 ont souhaité continuer à la recevoir.

La phase de mutualisation prend forme et va se rendre visible

Le dispositif Flori-Gem veut initier une dynamique coopérative par une mutualisation qui non seulement se suffise à elle-même mais aussi, pourquoi pas, qui aboutisse à l'élaboration d'ouvrages de référence comme le font les associations et les institutions. Ces publications seront mensuelles à compter de novembre 2019.

La liste de diffusion va se mettre au service d'une communication horizonale, en installant des habitudes d'échanges inter-Gem.

Jacques, adhérent GEM Parasol'

Actualités

L'Unafam a rappelé une enquête réalisée en 2016 auprès de 3000 familles : parmi les malades psychiques, seuls 19 % ont accès à l'emploi, 6 % bénéficient d'une aide à domicile, 8 % sont accompagnés par un SAVS ou un SAMSAH. 30 % vivent encore chez leurs parents. 75 % des familles assurent seules le soutien à leur proche

Eclairages sur la notion de rétablissement par Marie Koenig de l'Université de Paris 8 :

Qu'est-ce que le rétablissement ?

« Un processus profondément personnel et singulier de transformation de ses attitudes, de ses valeurs, de ses sentiments, de ses buts, de ses compétences et de ses rôles. C'est une façon de vivre une vie satisfaisante, prometteuse et utile, en dépit des limites causées par la maladie. Le rétablissement implique l'élaboration d'un nouveau sens et d'un nouveau but à sa vie en même temps que l'on dépasse les effets catastrophiques de la maladie mentale. » (W. A. Anthony, 1993)

Un lent mouvement progressif d'amélioration:

« Le fait même d'aborder le malade comme un individu « pouvant guérir » influe, sans même que nous nous en rendions toujours nettement compte, sur toute notre attitude à son égard. » (Eugène Minkowski, 1927)

« Le lent mouvement progressif d'amélioration que l'on observe chez les patients schizophrènes est bien plus souvent favorable qu'on ne le dit. » (Henri Ey, 1955)

« La personne souffrant d'un trouble mental doit aussi se remettre de la stigmatisation dont elle a si souvent été victime et qu'elle aura si souvent internalisée au plus profond de son être. Elle doit se remettre des effets iatrogènes des traitements, du manque d'opportunités récentes pour gérer sa propre vie, des effets secondaires négatifs du chômage et des rêves brisés. » (Deegan*, 1993)

Contribuer au rétablissement :

« Ce qui importe dans un sens véritablement existentiel, ce n'est pas la maladie ou le trouble. Ce qui existe, c'est un être humain, et la sagesse requiert que nous regardions et respections profondément cet être humain avant toute chose. La sagesse demande que nous entrions de tout cœur dans la relations avec cet être humain, dans le but de le comprendre ainsi que de comprendre son expérience. Seulement serons-nous alors capables d'aider d'une façon qui serait vécue comme aidante. » (Deegan, 1996).

Patricia Deegan (Etats-Unis) est une personne rétablie, figure phare du mouvement Si c'est possible ?

Canicule et santé mentale

« Un nouveau champ de recherche doit s'ouvrir sur les effets de l'environnement sur la santé mentale », déclare le Pr. Antoine Pelissolo, chef de service de psychiatrie à Henri-Mondor de l'Université de Paris-Est Créteil.

Selon lui, les conséquences des fortes chaleurs sur les personnes fragiles seraient :

- D'accentuer le stress et de provoquer une plus grande fatigue
- D'augmenter les tentatives de suicide
- De favoriser une moindre observance en raison du confinement des personnes à leur domicile.

Par ailleurs, les effets indésirables des médicaments peuvent être aggravés par la chaleur, notamment pour le lithium. Des risques de surdosage peuvent se manifester si l'hydratation est insuffisante. Les antipsychotiques et neuroleptiques sont des facteurs aggravants pour l'hyperthermie. Une étude internationale publiée le 11 septembre 2018 dans « The Conversation » signale que l'un des impacts les plus tangibles pourrait être une augmentation des suicides. *« Des températures plus chaudes accablent le corps. Elles provoquent une augmentation de l'hormone de stress cortisol, réduisent la qualité du sommeil et perturbent l'activité physique routinière. »*

« Construire la résilience en augmentant la connectivité sociale à l'intérieur des communautés, et entre elles, serait un enjeu vital. »

Des solutions ? des conseils ?

Les scientifiques avertissent : il n'existe pas de solution simple. Les stratégies de réduction des gaz à effet de serre pourraient ne pas être suffisantes. Les services de santé mentale, cruellement sous-financés et surchargés, devraient envisager des investissements substantiels en matière de climatisation. Tout comme l'évoque le Pr. Pelissolo dans l'interview du Quotidien du médecin du 1er juillet 2019, face aux dégradations de l'environnement, à la disparition des ressources vitales de la planète, des migrations forcées qui nourrissent l'anxiété de certains patients, il existe un versant positif.

Il y a peut-être une opportunité à utiliser le changement climatique comme levier pour promouvoir l'amélioration de la santé mentale. *« Il y a urgence à mener des recherches afin d'approfondir notre compréhension des conséquences du changement climatique sur la santé mentale, pour pouvoir nous préparer à relever les défis à venir. »*

« Pour certaines personnes, il s'agit littéralement d'une question de vie ou de mort. »

Actualités

Demande à la MDPH

La Maison Départementale des Personnes Handicapées a organisé sur les 6 territoires du département des réunions d'information sur les nouveaux formulaires Cerfa « Demande à la MDPH ». Ce nouveau formulaire de 20 pages a été harmonisé et déployé sur l'ensemble du territoire français. Il vise à recueillir de manière exhaustive l'ensemble des besoins, attentes et projets, permettant à la personne de se voir proposer des droits complémentaires à ses demandes initiales.

Les animateurs du Service Territorial Autonomie de chaque territoire peuvent accompagner les personnes pour remplir ce nouveau formulaire ainsi que les associations du Collectif Handicap 54, dont Espoir 54 est membre.

La réalité virtuelle au secours des phobies

Les casques VR (Virtual Reality) ont été créés initialement pour leur dimension ludique dans les jeux vidéos

Aujourd'hui, des médecins et psychiatres s'y intéressent pour traiter les phobies : agoraphobies, claustrophobies, acrophobies. La cyber thérapie permet d'exposer le patient aux situations qui inquiètent de manière très progressive et contrôlée.

Par exemple, un Parisien de 27 ans qui avait la peur du métro ou encore une femme qui habitait au 23ème étage d'un immeuble et avait la peur du vide… Cette pratique du casque virtuelle qui permet de s'immerger pleinement dans des environnements en trois dimensions en bougeant la tête et le corps est encore peu répandue et pourtant prometteuse. Elle améliorerait la phobie dans 90% des cas. Certains médecins, très optimistes, songent à l'utiliser pour soigner les addictions, la boulimie, les TOC….

Cette pratique est expérimentée en Suisse, en France, aux Etats-Unis.

Source : L'Echo n°54, décembre 2018 – janvier 2019

Accompagner la souffrance au travail

« Je rencontre chaque jour des travailleurs de tous horizons, issus d'organisations privées ou publiques (DRH, cadre de santé, médecin, informaticien, secrétaire, employés du secteur social, sanitaire, bancaire, entrepreneurs etc.), fragilisés, abîmés psychologiquement par leur travail. Ceux là ont tout de même les moyens d'accéder à des soins psychologiques spécialisés mais je pense aussi à tous ceux qui n'ont pas cette chance et qui essaient de « tenir », « survivre » au sein d'organisations de travail délétères pour leur santé mentale. Il faut vraiment que l'on progresse rapidement sur le développement de consultations spécialisées « Souffrance et Travail », accessibles à tous. »

C'est le témoignage d'Estelle Retourney, psychologue et psychothérapeute de la santé au travail, qui a ouvert un cabinet l'automne dernier à Nancy. Diplômée du CNAM, Estelle adopte la définition de ses maîtres, le Pr. Y. Clot et le psychanalyste Christophe Dejours. « *La souffrance au travail, c'est le vécu qui surgit lorsque le sujet se heurte à des obstacles insurmontables et durables, après avoir épuisé toutes ses ressources pour améliorer l'organisation réelle de son travail vis-à-vis de la qualité et de la sécurité* »

Un équilibre subtil

« *Au sein des organisations du Travail, il est parfois compliqué de combiner la performance économique et la réelle responsabilité sociale. L'intervention d'un psychologue peut aider à rendre le travail tangible dans ses dimensions objectives et subjectives* », affirme-t-elle.

Côté travailleurs, il ne suffit plus d'être reconnu dans son travail mais encore faut-il se reconnaître dans son travail ! D'après les données actuelles, 36% des Français ont fait un burn-out au cours de leur carrière. Les chiffres sont accablants ! L'OMS, dans la 11e version de la classification mondiale des maladies, vient d'y introduire « le burn-out », ce qui représente un premier pas pour en faire une maladie professionnelle, qui d'ailleurs peut déjà, sous certaines conditions, être reconnue par l'article L461-1 du Code de la sécurité sociale.

Une approche globale

« Les troubles psychiques et cognitifs comme le stress, l'anxiété, la fatigue physique et émotionnelle, les troubles de l'humeur, de la mémoire, de la concentration ou encore les troubles du sommeil, le surinvestissement, sont à prendre très au sérieux, pour éviter des formes encore plus délétères pour la santé mentale : dépression, stress post-traumatique, burn in, burn-out etc. »

L'approche doit considérer à la fois les dimensions objectives du travail (organisation formelle) et les aspects subjectifs (rapport au travail, à l'environnement social, étude de la structure psychique acquise, du fonctionnement de l'activité mentale et des comportements associés, mécanismes de défense…) « *Il est nécessaire d'activer cette double lecture pour avoir une approche globale et mettre en place des solutions adaptées et bénéfiques à la santé mentale.* »

Espace adhérents

L'héroïsme d'Anatole…

Témoignage lu lors de l'Assemblée générale d'Espoir 54 le 11 juin 2019 (extraits).

En 2014, Anatole vivait seul en ayant son indépendance, sa vie et son projet de reprendre des études d'infirmier . Suite à un accident de la vie, il perdra tout ce qu'il possédait et se retrouva sans ressources et bénéficiaire du RSA. Du jour au lendemain , il aura l'obligation de retourner vivre ses chez parents en Meurthe-et-Moselle. On lui diagnostiqua une dépression sévère. Il était loin de s'imaginer qu'un long combat contre la maladie allait débuter.

La rencontre d'une fée

Il prendra donc la décision de se soigner tout en se réinsérant dans la vie sociale et professionnelle. Dans un premier temps, il fit la rencontre d'une fée au sein de la Maison départementale des Solidarités à Longuyon , par le biais du parcours socioprofessionnel. Elle lui dit : « *Je n'ai pas de baguette magique* ». Cependant elle lui proposa des activités culturelles (écriture, lecture) ainsi que de la sophrologie. Anatole déposa un dossier à la MDPH de Meurthe-et-Moselle. Quelques mois plus tard on lui attribua la RQTH, l'AAH et une orientation vers le Dispositif d'insertion en milieu ordinaire de travail. On lui évoqua le handicap psychique. Anatole n'aurait jamais imaginé se retrouver dans cette situation tout en ayant une dépression.

La fée lui proposa également de rejoindre l'équipe consultative du RSA du territoire de Longwy en tant que bénévole. Il se lança dans cette belle aventure où il fit des rencontres humaines déterminantes pour son avenir. Suite à un hasard de la vie, il accéda à un poste d'agent d'accueil au sein de l'agence Pôle Emploi de Longwy en contrat aidé pour une durée initialement prévue d'un an. Finalement au bout de quatre mois, on lui proposa un poste de Conseiller à l'emploi pour une durée de 8 mois. Il vécut cette aventure professionnelle hors norme où il a dû gérer un portefeuille de 350 demandeurs d'emploi tout en gardant le cap du fait de sa situation de handicap psychique avec l'aide de la MAPH-Psy Espoir 54 de Longwy. Malgré ses compétences et son investissement professionnel, il n'a pas pu continuer le voyage au sein de cette institution.

Anatole prit la décision de passer deux concours pour intégrer un ministère en charge des missions régaliennes de l'Etat. Après avoir tenté un concours de catégorie B, il réussit celui de catégorie C, en étant classé 944ème sur 1483. Anatole s'envola en 2017 pour rejoindre son affectation et vivre de nouvelles aventures dans un autre département.

L'expression d'une gratitude

Cette histoire de réinsertion est exceptionnelle. On pourrait penser qu'elle est digne d'un film ou d'un livre au vu parfois de notre société qui peut être individualiste ou intolérante. Je vous rassure cette histoire est bien réelle, Anatole est bien un être humain. Vous vous doutez bien que cette histoire n'est qu'une partie de l'iceberg. Cette réinsertion fut longue et complexe même. Anatole est passé par des moments de doutes, de remise en question ou par diverses émotions. Il a même été rejeté par les autres ainsi que par ses anciens amis. Mais il a su saisir cette nouvelle chance de la vie pour rebondir au sein de notre société. Cette expérience de la résilience lui a permis de développer ses qualités humaines. Certes il est devenu plus sensible. Certains vous diront même que parfois il est dur de caractère. Il a ses propres combats et ses convictions qui font qu'il est ainsi. Ce n'est pas pour autant un idéaliste, mais un humaniste qui a du vécu.

Anatole souhaite remercier Espoir 54 qui lui a permis de se réinsérer au sein de la société. Ainsi que le département de Meurthe-et-Moselle pour sa politique d'insertion sociale exemplaire. Sans oublier tous celles et ceux qui ont contribué à cette réinsertion au sein de la Région Grand Est, mais également ses amis et sa famille. Sans eux, sans vous Anatole ne serait pas devant vous aujourd'hui. Vous l'aurez compris, Anatole c'est Sébastien. J'ai voulu prendre la parole pour témoigner et faire tomber les préjugés sur le handicap psychique qui a été reconnu dans la loi du 11 février 200. Oui une dépression est bien un handicap. Certaines personnes m'ont dit : « Sébastien, ce n'est rien une dépression ! ». Non ce n'est pas rien ! Celle- ci est venue exploser ma vie en plein vol en 2014. À l'époque j'ai tout perdu ce que je possédais. J'ai eu des répercussions sur ma propre vie. Un travail à temps partiel avec une baisse de salaire, des séances de rééducation cognitives et une fatigabilité. Or ma combativité me permet de tenir le cap.

Un engagement de tous

Aujourd'hui nous sommes là pour démontrer que l'association Espoir 54 est d'utilité au sein de notre société. Qu'elle doit se développer au sein de la Région Grand Est. Qu'il faut plus d'humanité afin d'aider chaque personne en situation de handicap psychique à se réinsérer. Il faut également sensibiliser les employeurs ainsi que les personnes de la société civile.

« *La vie est naturellement une vallée de larmes. Elle est aussi une vallée de roses.* »

Sébastien Breton

A votre service

Cherche logement....

Il avait entièrement saccagé son dernier logement lors d'une crise psychotique, défoncé la cloison mitoyenne, tagué le couloir!... Le propriétaire avait résilié son bail. Il refusait toute proposition de foyer ou de résidence. Il voulait un appartement à lui, rien qu'à lui.

Un jour, il visite un appartement qui correspond exactement à ce qu'il recherche : emplacement, prix, surface. Mais parmi les documents à fournir, une fiche de paye est exigée…

Comment faire? Toute la famille cogite. Une stratégie est trouvée. Expliquer que le jeune homme allait s'inscrire au Diplôme d'accès aux études universitaires, que ses parents règleraient son loyer, mais qu'il fallait établir un bail à son nom afin qu'il puisse percevoir l'APL.

La veille de la signature du bail, le jeune homme est pris de panique à l'idée de rencontrer le propriétaire et de devoir maquiller un peu la réalité. Sa mère l'accompagne avec attestation d'assurance, chèque de caution...et une certaine appréhension. La rencontre se passe bien. Le bail est signé. Voici le témoignage de la mère.

« Depuis un an, aucun problème dans ce nouvel appartement : mon fils se sent plutôt bien dans ce grand studio, il paye son loyer rubis sur l'ongle le dernier jour du mois. C'est une fierté pour lui. Il n'est auteur d'aucune nuisance, dit même un petit bonjour à la gardienne, possède un digicode, une boîte aux lettres à son nom, il a trouvé une place dans cette ville, dans cette rue, dans cet immeuble. Ce fut un mensonge bien normal. »

Extrait du témoignage d'Anne Schmitt, « La Lettre de l'Unafam » Paris n°96.

Musée sur ordonnance

Vous êtes déprimé, anxieux, surmené ? Ou bien soigné pour un cancer, un diabète…? Contempler des œuvres d'art peut vous aider à vous sentir mieux en augmentant vos taux de sérotonine et de cortisol. Les Médecins francophones du Canada en sont convaincus. Ils ont donc passé un accord avec le Musée des Beaux-Arts de Montréal, qui leur permet d'ajouter des « prescriptions muséales », ponctuelles ou régulières, à leurs ordonnances. Les patients, qu'ils souffrent d'une maladie mentale ou physique, pourront accéder gratuitement aux expositions du musée, seuls ou accompagnés. Il suffit de se rendre au musée avec son ordonnance.

Source : Christine Baudry, Psychologies magazine, février 2019

Recto verso

Qu'est-ce que les troubles bipolaires ? Comment repérer les premiers signes de l'arrivée d'une phase dépressive, ou d'une phase maniaque, afin d'adapter au mieux le traitement ? Quelle hygiène de vie adopter ?

On peut trouver ces informations dans un ouvrage de spécialiste, ou encore dans un témoignage de personne vivant avec les troubles bipolaires.

Mais on peut aussi avoir une approche plus ludique avec le jeu RECTO VERSO.

RECTO VERSO est un jeu de cartes qui s'adresse à tout public, adolescent ou adulte, qui veut en savoir plus sur les troubles bipolaires, ou encore qui en souffre personnellement, ou bien un professionnel qui veut l'utiliser comme support d'éducation thérapeutique avec ses patients.

On peut y jouer de 2 à 6 joueurs (ou de 4 à 12 joueurs en équipes). Il comporte 56 cartes et 60 énigmes. Le jeu dure 45 minutes plus les temps d'échanges. Le joueur va vivre dans la peau d'une personne qui souffre de troubles bipolaires de type I, et le but du jeu est de « traverser » six mois sans rechute ni hospitalisation. Il faudra donc adopter la meilleure hygiène de vie possible.

Ce jeu éducatif, issu de l'expérience personnelle de sa conceptrice, pourra aussi contribuer à changer le regard sur cette maladie psychique. Il est soutenu par Santé Mentale France.

Vidéo de présentation : http://rectoverso.le-jeu.fr/

Marie-Paule Pierrel

Actualités

Les interventions en entreprise peuvent prendre la forme d'analyse de pratiques professionnelles, d'accompagnement dans la démarche de prévention des risques psychosociaux ou encore de prise en charge des salariés en souffrance. « *Il est nécessaire pour un employeur d'investir dans cette notion de qualité de vie au travail, mais aussi de qualité du travail. Il peut être aidé ou accompagné dans cette tâche* ».

Des compétences reconnues au service du monde du travail

Avec un master en psychologie clinique et du travail et en sciences du management et des administrations, un diplôme universitaire de santé publique et communautaire, Estelle Retourney dispose d'une solide formation mise en pratique au cours d'un riche parcours professionnel de près de 20 ans. Chargée de mission à l'Union régionale des entreprises d'insertion de Lorraine dès 1998, elle a rejoint l'association Espoir 54 en 2002 comme chargée d'insertion professionnelle de personnes en situation de handicap d'origine psychique. Membre de l'équipe de Direction, elle a rejoint l'ESAT de la Ferme de la Faisanderie comme directrice adjointe dès 2011.

Que son expérience de la réhabilitation psychosociale soit désormais mise au service d'un plus large public est pour notre association un sujet de fierté. Nous adressons à Estelle nos vœux de pleine réussite dans ses missions !

Former les journalistes au traitement médiatique des suicides

Selon l'Observatoire national du suicide, en France :

9 000 personnes passent à l'acte chaque année, soit 1 suicide toutes les heures

20 000 tentatives de suicide sont dénombrées chaque année

Ce bilan devance de loin celui de la mortalité routière (environ 3000 victimes par an).

« *Le suicide est contagieux. Mais l'entraide et l'accès aux soins le sont aussi.* » Forts de ce constat, des médecins lillois[1] ont lancé il y a 4 ans un programme, Papageno[2], en vue d'améliorer le traitement médiatique du suicide.

L'effet Werther

La couverture médiatique d'un suicide est susceptible d'inciter certaines personnes vulnérables à passer à l'acte par imitation. C'est ce qu'on appelle l'effet Werther[3]. Les chercheurs lillois tentent de démontrer que la manière dont en parle la presse peut contribuer à diminuer le taux de suicides. Ils préconisent d'éviter le sensationnalisme, de ne pas romantiser ni banaliser, d'éviter trop de détails sur les moyens utilisés ou l'endroit précis du drame.

« *Chaque article traitant d'un suicide devrait se conclure par une indication sur les ressources pour trouver de l'aide. Il suffit parfois d'un simple numéro de téléphone.* »

Les journalistes peuvent jouer un rôle important en renforçant ou affaiblissant les efforts de prévention du suicide.

Source : Laurent Grzybowski - La Vie - 23 janvier 2019

[1] Membres de la Fédération régionale de recherche en psychiatrie et santé mentale des Hauts-de-France
[2] Programme accessible sur le site www.papageno-suicide.fr
[3] Suite à la diffusion du roman de Goethe « Les Souffrances du jeune Werther », une vague de suicides a été constatée en Allemagne.

Equerre d'argent pour le Centre de soins psychiatriques de Metz

© Luc Boegly

« *Un établissement psychiatrique doit être un lieu protecteur, qui permette en même temps aux patients de se rouvrir sur le monde.* » Tels sont les propos de l'architecte Pascale Richter (Le Monde, 29 novembre 2018) lors de la remise de l'Equerre d'argent, un prix qui distingue chaque année « le meilleur bâtiment construit en France ». Un bâtiment situé dans la ZAC de Queuleu qui accueille un Centre de consultation et de soins psychiatriques pour adultes et enfants, rattaché au Centre hospitalier de Jury. Enveloppé d'une coque de béton brut, l'établissement se fond dans son espace végétal. Chacun des deux espaces, dédiés aux mineurs et aux adultes, sont ouverts sur des jardins intérieurs (jardin potager, jardin d'agrément, patios, terrasse arborée, cour de jeux pour les enfants). D'une élégance sobre, il témoigne « d'une sensibilité particulièrement fine au contexte, au paysage et à la condition fragile des futurs usagers ». Cette réalisation aurait certainement trouvé sa place dans le très bel ouvrage « Architecture et psychiatrie » édité antérieurement (novembre 2017) par les Editions du Moniteur, auquel Espoir 54 a eu le plaisir d'apporter une modeste contribution.

Vie de l'association

Hommage à Jeanne-Marie Laurent

Jeanne-Marie a rejoint Espoir 54 en juin 2013. Dès son premier Conseil d'administration, elle a été élue à l'unanimité membre de notre Bureau.

Jeanne-Marie mettait à notre service une grande expertise de par sa riche expérience associative au Secours Catholique, auprès de la Fondation des Aveugles et Déficients Visuels, de Tabgha… Ses conseils nous ont été précieux, tout particulièrement dans le domaine des ressources humaines. En janvier 2015, nous avons créé le groupe « Communication » avec deux objectifs : élaborer un recueil de témoignages à partir de la parole directe des usagers et concevoir notre nouveau site internet. Un travail très lourd auquel elle a contribué en prenant toute sa part.

C'est dans ce cadre qu'a été réalisée la vidéo dans laquelle elle exprime en quelques minutes la motivation de son engagement par des propos très spontanés et pleins d'un enthousiasme à son image. En voici quelques extraits: « *On a affaire à des gens qui sont différents, mais extrêmement intéressants finalement : pleins d'invention, pleins de dynamisme, pleins d'envie ! Ils ont pris des tas de coup sur le coin de la figure et en même temps, ils rebondissent, ils reviennent, ils recommencent, ils retravaillent, ils cherchent… C'est quelque chose d'assez extraordinaire ici qu'on vit tous les jours. Ils sont inventifs, ils sont créatifs et en même temps, par moment, très drôles, par moment horriblement tristes et horriblement mal. On a vraiment le sentiment de faire quelque chose ici, d'être là pour quelque chose. Et c'est ça que me motive, moi !* ».

En avril 2017, nous avons remis sur pied un groupe «Bénévoles ». Jeanne-Marie a eu le souci d'y associer, en les invitant, le Président et le trésorier de Tabgha. Et par la suite, elle a souhaité établir des liens et préparer une journée de formation commune proposée aux membres de Tabgha et d'Espoir 54. Elle n'était plus là pour y participer, mais nous l'avons réalisée, en se souvenant d'elle, ce 20 juin 2019. Son sourire, sa vivacité, sa drôlerie resteront dans nos mémoires.

Pour un directeur au sang chaud, Jeanne - Marie était un repère stable et rassurant. Merci à elle d'avoir pris le temps de m'entendre dans mes doutes et mes agacements quant à la gestion des ressources humaines. Par son calme et sa sagesse, elle a toujours su m'apaiser pour me permettre d'élargir ma vision du monde afin de prendre les meilleurs décisions possibles. Elle avait cette capacité à créer une complicité bienveillante et ouverte au monde.

Stéphane Voinson, Directeur

Lorsque tu apparaissais à Espoir 54, Jeanne-Marie, c'est le soleil qui entrait avec toi. Ton sourire, ton regard clair étaient des garants de bonne humeur pour le temps où tu serais présente. Lors des lectures à voix haute que tu animais avec moi, ta voix douce et précise nous berçait et nous emmenait ailleurs avec toi…

Agnès, bénévole

Hommage à Henri Hatzfeld

C'est grâce à l'Unafam, dont il était membre, tout comme Geneviève, qu'Henri Hatzfeld s'est impliqué dans la création de notre association Espoir 54. Il a été l'un de nos porte-parole auprès des élus locaux. Nous voulions pour nos proches sortant de l'Hôpital psychiatrique des lieux d'accueil et des services d'accompagnement. Dans un témoignage paru dans le livre édité pour les 10 ans de notre association, « Funambules de nos vies » Henri Hatzfeld a évoqué nos débuts, dans une école désaffectée de la rue Chevert. C'était en 1998.

« C'était un lieu de vie dont nous avions rêvé » écrivait-il. Espoir 54 était né ». Et il ajoute : « Pour ma part, je trouvais ma place dans l'équipe des marcheurs. J'ai de ces promenades un souvenir que je ne risque pas d'oublier. Je n'étais pas un bien bon marcheur, mais j'ai toujours bénéficié dans ce groupe d'une indulgence, d'une bienveillance, qu'à vrai dire je cultivais avec la plaque de chocolat que j'apportais toujours avec moi pour que nous la partagions vers les quatre heures ! Une nuit, une bête fracture de la jambe me priva de ces marches hebdomadaires… Bonne continuation mes camarades et merci ! »

Espoir 54 doit beaucoup à Henri Hatzfeld. Il a guidé nos premiers pas, dans cette belle aventure collective. Il restera comme une étoile dans notre ciel.

A votre service

Accompagner les jeunes ayant un proche en souffrance

Ce service, initié dans la région parisienne par l'équipe des Funambules, s'adresse aux jeunes de 7 à 25 ans dont un membre de l'entourage souffre de troubles psychiques.

Pour le psychiatre Racamier, celui qui côtoie la souffrance d'un proche peut avoir « *l'impression de vivre en perpétuel déséquilibre, dans l'incertitude, l'étrangeté, la perplexité, de ne rien comprendre, d'être dans le flou et la confusion* ». C'est cette phrase qui a inspiré le nom « les Funambules ».

L'équipe des Funambules se situe dans une perspective de prévention et propose de :

- Accompagner les jeunes dont un proche est en souffrance psychique
- Soutenir les parents dans leur rôle éducatif
- Sensibiliser les professionnels à ce que vivent ces jeunes dans leur entourage.

La responsable de l'équipe des psychologues cliniciens est Hélène Davtian.

Pour en savoir plus : www.associationlesfunambules.com

Programme « BREF » à destination des proches

A l'initiative des soignants des unités d'hospitalisation du Pôle Est du Vinatier à Lyon, les soignants proposent aux familles ayant un proche hospitalisé un programme appelé « BREF » . Les familles se voient individuellement proposer:

- 3 entretiens afin d'échanger sur leur proche et eux -mêmes
- Un suivi post-programme 3 mois plus tard.

L'Unafam 69 a été associée dès l'origine à ce beau programme.

Source : Communication Unafam Isère

Pourquoi je forme des grands-mères ?

Dixon Chibanda est l'un des 12 psychiatres du Zimbabwe pour une population de 14 millions d'habitants. Réalisant que son pays ne sera jamais capable d'étendre les méthodes traditionnelles de traitement des troubles de la santé mentale, il a développé une belle solution alimentée par une ressource infinie : les grands-mères.

Un matin d'août, dans un parc, une grand-mère de 84 ans, connue de la communauté, est assise sur un banc. Arrive une jeune femme de 24 ans qui a l'air malheureuse et déprimée. Seule, avec 2 jeunes enfants, séropositive, au chômage, elle pense au suicide… La grand-mère l'invite à s'asseoir : « *Je suis là pour toi ! Souhaites-tu partager ton histoire avec moi ?* » « *Tu peux pleurer* » lui dit la grand-mère, voyant ses larmes….

Le banc de l'amitié

Ainsi commence cette fabuleuse histoire ! Partant du constat de manque de psychiatres et de la précarité des populations d'un pays à revenus faibles, le jeune psychiatre réalise que l'une des ressources les plus fiables d'Afrique, ce sont les grands-mères : des centaines dans chaque communauté !

« *J'ai pensé à former les grands-mères à la thérapie verbale qui a fait ses preuves et peut être offerte sur un banc.* » Il les outille avec des compétences d'écoute, d'empathie, de planification d'activités, le tout inspiré des thérapies cognitivo-comportementales, soutenues par des plateformes numériques.

Le premier groupe de grands-mères a été formé en 2006. Aujourd'hui des centaines ont été formées dans 70 communautés. 30 000 personnes ont été soignées en un an sur les bancs de l'amitié.

Cette expérience a été relayée dans une grande revue de médecine américaine, le JAMA. Un réseau mondial est envisagé dans toutes les grandes villes du monde. New York s'est déjà emparée du concept.

Source : Hebdo du Psycom, 18 juin 2019

A votre service

Une Résidence autonomie accompagnée à Villers-lès-Nancy

Une petite structure de sept logements, appelée « Le Clairlieu », a été inaugurée à l'automne 2018. Elle est destinée aux personnes de plus de 65 ans souffrant de troubles psychiques.

"L'idée est venue des professionnels de la psychiatrie qui ne trouvaient pas de solutions satisfaisantes pour des personnes âgées sortant d'hospitalisation ou devenues incapables de vivre seules à domicile, même avec l'aide de services dédiés. Les structures collectives comme les EPHAD ne sont pas adaptées à leurs troubles, différents des maladies neurodégénératives et les hôpitaux étaient souvent contraints de poursuivre des hospitalisations pour des personnes qui n'avaient plus besoin de soins. » « Le CPN de Nancy et le réseau Gérard Cuny ont imaginé un habitat inclusif qui pourrait s'adapter au rythme de vie et aux humeurs de ce public", explique Nathalie Vincent, chef de service du CAP's de Rosières-aux-Salines, qui gère la résidence.

Les promoteurs du projet ont passé un accord avec la commune de Villers-lès-Nancy qui leur a cédé sept logements inoccupés dans un bâtiment social lui appartenant. L'ARS Grand-Est finance trois postes d'accompagnants sur une expérimentation de trois ans. Ces derniers se relaient tous les jours de 9 heures à 20 heures assurant des tâches d'aide à domicile et de maintien du lien social. Ils proposent des activités et accompagnent les personnes qui en ont besoin dans leurs démarches. Les personnes doivent être relativement autonomes et bénéficier par ailleurs d'un soutien psychologique. Il s'agit là d'une forme d'habitat adaptée. Elle favorise l'autonomie et constitue certainement une alternative à l'EHPAD. Cette expérimentation a vocation à essaimer.

Recours contre les décisions MDPH

En 2017, les Maisons départementales des personnes handicapées (MDPH) ont instruit 309 500 demandes de prestation de compensation du handicap (PCH). La croissance des demandes de PCH se poursuit (+ 6 % par rapport à 2016). En 2017, les MDPH ont accordé environ 137 600 PCH. Le taux d'accord de PCH est stable (45 %).

Sur le site de la CNSA, on peut également lire la nouvelle procédure pour contester une décision prise. Cette commission est bien identifiée avec son sigle CDAPH https://www.cnsa.fr/actualites-agenda/actualites/

Formation en ligne

l'Institut et Haute École de la Santé La Source et l'École d'Études Sociales et Pédagogiques de Lausanne propose un MOOC* intitulé « Le rétablissement en santé mentale / se rétablir : un vrai délire ? ».

Celui-ci débutera le **10 octobre**, pour une durée de 6 semaines et demande d'y consacrer 3h par semaine. L'inscription est gratuite.

Les thèmes sont les suivants :

- Quel est mon rapport à la santé mentale ?
- Est-ce possible de se rétablir d'un trouble psychique ?
- Comment soutenir les personnes malades ?
- Comment prendre soin de ma propre santé mentale ?

Les inscriptions sont lancées sur moocs.hes-so.ch

*MOOC : Massive Open Online Course

Soutenir les familles accompagnant un proche aux urgences psychiatriques

L'hospitalisation sans consentement d'un proche — surtout si ce dernier refuse les soins qui pourtant s'imposent — est difficile à vivre pour les membres de la famille ou les « tiers » qui l'accompagnent.

Depuis 2018, l'équipe soignante des services d'urgences psychiatriques du CHU de Toulouse expérimente un dispositif précoce d'accueil et de suivi infirmer qui comporte :

- Un entretien précoce dans les 72 heures pour faire le bilan de la situation de crise
- Un suivi téléphonique infirmier sur 6 mois
- Un groupe de parole de 90 minutes conçu comme un espace de communication, d'entraide et de soutien collectif.

60 personnes ont bénéficié en 2018 de ce programme de recherche qui émet l'hypothèse d'une amélioration du vécu des « tiers », ce qui faciliterait ensuite leur positionnement d'aidants avisés et attentifs auprès du proche malade.

Source : ASH, mai 2019

Vie de l'Association

Nos donateurs

Madame Jacqueline Dupasquier nous a quitté le 20 novembre 2018.

En mémoire de sa fille Florence, membre adhérente d'Espoir 54, Madame Dupasquier a souhaité faire un legs à Espoir 54. Dans un courrier de juillet 2016 elle écrivait :

« Le chemin que vous avez parcouru depuis ces années de travail intense vous a déjà apporté des satisfactions bien méritées et nul doute que les efforts déployés feront avancer encore les projets que vous portez pour Espoir 54. »

Nous lui rendons hommage avec une grande reconnaissance pour sa générosité envers notre association tout au long des dernières années de sa vie.

Monsieur André MAYEUR est décédé le 1er novembre 2014 à l'âge de 90 ans. Nancéien de souche, il a fait toute sa carrière à la banque du Crédit Lyonnais comme fondé de pouvoir.

Après le décès de son épouse et celui prématuré de sa fille unique restée sans descendance, il a généreusement décidé de faire don de l'ensemble de ses biens à des associations.

Parmi elles il a choisi ESPOIR 54, dont il a reconnu l'implication exemplaire dans l'accompagnement de son petit-neveu et de toutes les autres personnes en situation de souffrance psychique.

Toute la communauté d'Espoir 54 exprime sa très vive gratitude aux personnes qui décident de leur vivant de poursuivre leur soutien à notre association au-delà de leur décès.

Le Service formation

Le CCAH a conventionné pour la seconde fois avec le Service de formation d'Espoir 54 la mise en œuvre de trois sessions de trois jours de formation à destination des psychologues de Pôle Emploi pour l'ensemble du territoire national.

Cette formation dont la thématique était « Accompagner les demandeurs d'emploi présentant un handicap psychique » a été dispensé à 35 professionnels entre novembre 2018 et janvier 2019.

Une évaluation réalisée auprès des participants a démontré que cette formation leur avait permis d'acquérir des compétences pour leur activité professionnelle.

Les points forts relevés lors de ces formations sont les suivants : le contenu de la formation, l'animation de la formation, les méthodes pédagogiques utilisées et la qualité des supports de formation.

Les objectifs suivants ont été atteints :

- Retenir les mesures d'accompagnement les plus appropriées (MOT, ESAT,…)
- Détecter la possibilité pour les personnes en situation de handicap psychique de s'investir dans un parcours d'orientation et/ou de reconversion professionnelle
- Accompagner les personnes en situation de handicap psychique dans leur orientation et/ou reconversion professionnelle
- Solliciter les partenaires et instances nationales et régionales spécialisées sur le champs du handicap psychique (MDPH, CAP EMPLOI,…) en cas de besoin.

Quelques témoignages de participants :

« Cette formation m'a vraiment convenu. C'est l'une des plus intéressantes qu'il m'ait été donné de suivre récemment. Elle était animé par Monsieur Stéphane Voinson. »

« Une formation enrichissante, où l'on est tenu en éveil face à un formateur qui maîtrise son sujet, qui explicite toutes notions avec des exemples concrets, des cas qu'il reprend de son parcours professionnel d'accompagnement de personnes en situation de handicap dans divers domaines (le médical, l'insertion professionnelle,…). »

« Cette formation est très riche et je la conseille à tous les psychologues. »

« Formation très enrichissante et directement mobilisable dans mon activité. Le formateur M. Voinson a su nous transmettre des aspects théoriques et surtout pratiques au sujet de l'accompagnement des personnes présentant un handicap d'origine psychique. »

« UN GRAND MERCI au formateur pour ses qualités pédagogiques et son expertise. Cette formation a été très enrichissante et me permet aujourd'hui de me repositionner et redéfinir mon cadre d'intervention et ma posture professionnelle. »

« Cette formation est animée par un vrai professionnel du sujet (handicap psychique) et de l'animation de formation. C'est une personne qui connaît son sujet et qui a su nous transmettre les éléments essentiels à avoir en tête dans l'accompagnement de demandeurs d'emploi en situation de handicap psychique. C'est le point fort de cette formation. »

Vie de l'association

Un DASAT Théâtre

« La Mue du Lotus »

Depuis 2002, Virginie Marouzé, metteure en scène de la compagnie Tout va bien ! intervient au sein de la compagnie Espocible d'Espoir 54. Il s'agit d'acteurs en situation de handicap d'origine psychique. Virginie a ainsi découvert le grand intérêt à créer des spectacles vivants avec ces acteurs en situation de handicap.

© Guillaume de Baudreuil

L'histoire

À partir de 2013, aux côtés de Marie-Claude Barroche et Stéphane Voinson de l'association ESPOIR 54, différents interlocuteurs professionnels et politiques ont été interpellés en vue de créer un ESAT* artistique en Lorraine destiné à professionnaliser ces acteurs.

Mais il n'était déjà plus possible, à cette époque, de créer de nouvelles places d'ESAT en France.

Une formidable opportunité va se présenter avec le CAP's de Rosières-aux-Salines qui propose un redéploiement de places d'ESAT pour les orienter vers une activité théâtrale.

Suite à une rencontre avec l'équipe du Foyer d'Accueil Spécialisé d'Essey-lès-Nancy, un premier projet théâtral sur l'année 2016 s'échafaude. Il permet de faire se rencontrer des acteurs en situation de handicap psychique de la compagnie Espocible et des acteurs du FAS d'Essey-lès-Nancy en situation de handicap mental.

Le pari de mixité s'appuie sur cette expérience commune. La rencontre n'a pas été aisée au début, chacun s'observant avec prudence. Portés par un objectif commun de création et conduits avec une réelle exigence artistique et professionnelle tous ont fini par œuvrer ensemble à cette réalisation. Des étapes de travail sont présentées à plusieurs reprises en Lorraine pendant l'année 2016 et les périodes de répétitions se poursuivent en 2017 et 2018.

Ce travail aboutit en avril 2018 à la création du spectacle « OH! ». Les deux ont été saluées par l'ensemble des professionnels et du public. Le spectacle « OH! » est désormais programmé dans le réseau de diffusion professionnel.

La concrétisation d'un rêve

C'est à partir de cette première expérience très riche humainement et artistiquement que repose la création du DASAT* « La Mue du Lotus », en avril 2018.

Elle s'attache à la professionnalisation de 12 acteurs en situation de handicap mental et psychique, grâce à un financement de l'Agence Régionale de Santé.

Aujourd'hui, ce dispositif est porté par un conventionnement pluripartite. La Compagnie « Tout va bien ! » en porte le projet artistique et le volet production et est pour cela conventionnée par la DRAC Grand Est, la Région Grand Est et le Conseil Départemental. Le volet social est porté par le CAP's de Rosières-aux-Salines qui salarie les acteurs ainsi qu'une monitrice d'atelier et un chef de service. L'association Espoir 54 apporte son expertise sur le versant de l'accompagnement spécifique du handicap psychique.

« La Mue du Lotus » est le seul dispositif en Lorraine offrant à des personnes en situation de handicap l'opportunité de se professionnaliser dans les métiers du théâtre.

Grâce à une mise à disposition à titre gracieux de la Municipalité de Maxéville, le DASAT dispose d'espaces de travail, situés au centre de la cité et proches des commodités.

La transmission des pratiques

C'est dans ces locaux que se déroulent les temps de transmission de la pratique sous forme de stages de recherche en jeu théâtral, scénographie, danse, musique et costumes. L'équipe artistique et technique de la Compagnie « Tout va bien! » intervient de manière régulière ainsi que des artistes extérieurs invités par la troupe désormais permanente de « la Mue du Lotus ». Le travail est complété de temps de résidences de création, de diffusion et d'interventions artistiques et culturelles où les acteurs peuvent aussi être amenés à diriger certains ateliers.

Dans les semaines qui viennent de s'écouler, ces acteurs nouvellement professionnalisés ont joué au cours de trois représentations à guichet fermé de « OH ! » dans un partenariat entre le CCAM -scène nationale de Vandoeuvre- et le Centre Dramatique National la Manufacture de Nancy. Ce spectacle a aussi été joué au Théâtre conventionné d'Aurillac avec différentes interventions artistiques durant toute une semaine. Des performances ont également été jouées à Lille et à Rennes. « OH ! » va se jouer pour une troisième saison avec 9 représentations.

Et une nouvelle création…

La nouvelle création « le Reste est silence » autour de W. Shakespeare aboutira en octobre 2020. Elle a déjà réuni de nombreux partenaires.

Il ne reste plus, dès la rentrée 2019, qu'à pérenniser ce si beau projet, grâce à un conventionnement pluripartite.

Souhaitons longue vie à « La Mue du Lotus » !

**ESAT : Établissement spécialisé d'aide par le travail*

**DASAT : Dispositif d'accompagnement par un service d'aide par le travail*

Virginie Marouzé

GEM de Lunéville

Une future MaPH-Psy

L'antenne d'Espoir 54 installée depuis 2005 sur Lunéville se développe progressivement. Elle propose aujourd'hui à l'ensemble des usagers un large éventail des services portés par l'association Espoir 54.

2005 - Création du Groupe d'Entraide Mutuelle « Le Fil d'Ariane » porté par Espoir 54 en lien avec le club thérapeutique du CATTP Les Arcades au 24 place Saint Jacques à Lunéville.

2006 – Installation du GEM au 2 rue Charles Guérin à Lunéville. Création d'un poste de coordinatrice et d'un poste d'animatrice

2009 – Naissance de l'Association GEM « Le Fil d'Ariane ».

2009 à 2012 – Participation au programme INTERREG « Prévention et Promotion en Santé Mentale ».

2012 – Emménagement dans les locaux du 2 rue de la Charité à Lunéville

Début des accompagnements individuels DIMO avec les Prestations Ponctuels Spécifiques (PPS) et les mesures d'Accompagnement Spécifiques Espoir 54 (ASE). Services assurés dans le cadre d'une permanence hebdomadaire de salariés du service DIMO de Nancy.

Reprise des accompagnements individuels ARE par la coordinatrice du GEM et mise en place du Groupe Local d'Entraide Solidaire (GLES)

Création du Conseil Local en Santé Mentale du Lunévillois (CLSM) :

- Participation du GEM au CLSM
- Coordination du groupe communication et promotion par le GEM

2014 – Création du Réveil Matin, lieu d'accueil pour les personnes en souffrance psychique en partenariat avec les services de soin (CPN)

2016 – Fin du GLES et reprise des accompagnements DIMO par la coordinatrice du GEM qui devient accompagnatrice vers l'emploi Espoir 54

2017 – Permanence hebdomadaire d'une psychologue Espoir 54 sur Lunéville

Création du groupe « Travail et Santé Mentale » du CLSM coordonné par l'accompagnatrice vers l'emploi Espoir 54

2018 – Création du poste de cadre de coordination MaPH-Psy

2019 – Mise en place des accompagnements SAVS sur Lunéville. Création du poste d'accompagnatrice médiatrice.

La future MaPH-Psy de Lunéville a la chance de pouvoir bénéficier d'un partenariat riche et varié. Le soutien des collectivités et les échanges réguliers avec les institutions et associations lui ont permis d'être reconnue et intégrée. La structure est systématiquement mobilisée pour mettre en place les actions collectives autour de la thématique « santé mentale ».

La MaPH-Psy de Lunéville se situe, depuis 2012, en plein cœur de la ville, à proximité de la mairie, au 2 rue de la Charité. Actuellement, la mairie aménage deux appartements, au 1er étage, destinés à des particuliers. Nous avons donc été contraints de déménager provisoirement. Vous pouvez nous retrouver, jusqu'en décembre, au 9 rue René Basset.

Le GEM souhaitant célébrer ses 10 ans d'existence, les festivités seront donc reportées en 2020.

Annick, cadre de coordination MaPH-Psy/GEM

MAPH-Psy Toul

Le Conseil de MAPH-Psy

Après avoir fait campagne pendant près de deux semaines, les représentants des adhérents-usagers des services, du GEM (Valérie et Christophe) et des professionnels (Sophie) ont été élus pour constituer le Conseil de la MAPH-Psy de Toul.

La première réunion s'est déroulée le 27 juin 2019. La chef de service de la MAPH-Psy était présente, et les membres élus ont décidé à l'unanimité qu'elle serait invitée à chaque réunion. Elle pourra ainsi répondre aux interrogations soulevées par les représentants et/ou en faire part à la direction et au Conseil d'Administration d'Espoir 54.

Ce premier conseil a permis d'élaborer le règlement, mais a surtout été riche en questionnements et propositions de la part des représentants élus : articulation entre le GEM et les services d'accompagnement de la MAPH-Psy, propositions quant à l'aménagement des locaux, etc. Le prochain conseil de MAPH-Psy se réunira en octobre. Le règlement et les comptes-rendus seront disponibles sur simple demande auprès du secrétariat de la MAPH-Psy de Toul.

Bravo aux membres élus !

Bérengère, Chef de service

« La plus absolue misère, c'est d'avoir le sentiment d'être de trop. Avoir le sentiment de n'être attendu par personne et aimé par personne. »

L'Abbé Pierre

L'été au GEM de Toul

L'été, comme chacun sait, c'est une bonne occasion de remonter le temps. Ainsi les gémoises et gémois de Toul, au moyen d'un Vivaro magique, sont allés faire un petit tour en 1900 à Xaronval (charmant village des Vosges).

Depuis, la fabrication des cordes, le façonnage des fers à cheval, le dénoyautage en série des mirabelles et l'histoire du Viandox n'ont plus aucun secret pour eux. De nombreuses autres activités et sorties sont proposées en juillet et en août. Par exemple, l'atelier d'arts plastiques (« Tous artistes avec Romane ! ») permet de cultiver aisément un jardin imaginaire qui s'épanouit mieux que le jardin réel mis à mal par les canicules.

Par forte chaleur, les adhérents s'adonnent volontiers à la pétanque dans le parc ombragé et frais de la cathédrale, ou au billard (et son indispensable diabolo-menthe) au bistrot du coin. Le mois de juillet s'achèvera par une sortie au lac de Gérardmer avec les gémois de Nancy. En août, place aux sorties en collaboration avec la MAPH-Psy : lac de Favières, parc de Sainte-Croix, Dragon Boat (un canoé géant évoquant un drakkar).

Yann, animateur-coordinateur du GEM de Toul

Vie de l'Association

Réflexions sur le bénévolat

64% des français font confiance aux associations selon le baromètre publié par le Centre de Recherches de Sciences Po en janvier 2019.

L'étude récente de France Bénévolat menée avec l'IFOP permet d'estimer qu'il y a environ 13 millions de bénévoles dans les structures associatives françaises, soit 24% de la population de plus de 15 ans.

Le travail bénévole représenterait 1 à 2% du PIB (Centre d'Economie de la Sorbonne).

Source d'une gouvernance équilibrée

Le Collectif des Associations Citoyennes (CAC) qui milite pour la défense du fait associatif affirme avec conviction : *« les associations citoyennes jouent un rôle indispensable : elles avancent, inventent, renforcent, créent et proposent des alternatives à un système dominant qui marchandise tout. Elles entretiennent à la fois le lien social, le sens critique et les espaces de débat et de réflexion. »*

En effet, le bénévolat doit être appréhendé dans une logique plus large que la création de richesse : *« Dans une association, le bénévolat n'est pas avant tout une ressource. Il est avant tout une dynamique qui porte une ambition, qui est facteur d'initiative, d'innovation, qui permet de faire en sorte que la logique associative s'inscrive dans une dimension plus large, celle du domaine du faire société. »* Hubert Pénicaud, vice-président de France Bénévolat.

Le Haut Conseil à la Vie Associative abonde dans le même sens : *« Des bénévoles compétents sont la source d'une gouvernance équilibrée »*.

Un Fonds pour le développement de la vie associative tente de soutenir une meilleure reconnaissance de l'engagement associatif, tout comme le compte d'engagement citoyen.

Quelques inquiétudes…

Si globalement la dynamique du bénévolat ne s'est pas démentie au cours des dernières années (+ 17% entre 2010 et 2016 dont + 35% chez les jeunes de moins de 35 ans), quelques inquiétudes se font jour.

La France Associative en Mouvement soulignait en septembre 2018 que le risque de manquer de bénévoles demeure la première source d'inquiétude pour 47% des associations et que le renouveau des dirigeants bénévoles préoccupe 38% d'entre elles. Selon France Bénévolat, en 2019 on a constaté une régression dans l'engagement des séniors. « En 9 ans, nous avons atteint environ 1 million de bénévoles en moins chez les personnes de plus de 65 ans. » Quelques explications sont données :

- Durcissement des conditions de départ en retraite
- Concurrence entre la solidarité externe et la solidarité familiale
- Nécessité de continuer à travailler pour compenser des retraites jugées trop faibles
- Une parole de l'Etat extrêmement faible, voire inexistante, sur la place des seniors dans la société.

Qu'en est-il à Espoir 54 ?

Le nombre de bénévoles est à peu près stable (une quarantaine environ), mais il n'augmente pas. Avec le noyau des bénévoles les plus engagés et la Direction, une réflexion est en cours. Elle porte en particulier sur une meilleure structuration au sein d'une association qui se déploie sur les territoires et sur un nombre important de nouveaux services et de nouveaux besoins.

La complémentarité entre le travail salarial et le travail bénévole est au cœur de nos réflexions. Nous souhaitons l'affirmer mieux encore dans l'élaboration d'une charte du bénévolat qui donne à chacun sa place dans le respect de nos missions respectives, afin de découvrir les excellences réciproques », comme le proposait l'évaluation externe d'Espoir 54 par le cabinet MIRE.

Un travail collectif récent, réalisé avec l'aide d'un Dispositif local d'Accompagnement devrait nous y aider !

En vigueur depuis le 1er janvier 2017, le compte d'engagement citoyen (CEC), qui donne la possibilité à toute personne de recenser ses activités bénévoles ou de volontariat pour acquérir des heures de formation sur son compte personnel d'activité sera élargi aux bénévoles encadrants. Des *« actions de rénovation »* de l'ensemble des dispositifs de congés d'engagement seront lancées *« afin de les rendre plus lisibles et accessibles »*. Un travail sera entrepris avec les entreprises et avec les employeurs de la fonction publique, pour étendre les dispositifs favorables à l'articulation des temps professionnels et bénévoles.

Vie de l'association

Pas de société solidaire sans associations citoyennes

Il faut entendre ce cri du cœur lancé par le Collectif des Associations Citoyennes (CAC) qui milite pour un modèle de société dans lequel la solidarité, le bien commun et l'intérêt général priment sur le tout marchand et la concurrence.

La réforme du modèle associatif, dite « *pour une politique ambitieuse de la vie associative* », appelant aux concentrations d'associations, aux fusions-absorptions et aux mutations d'une vie associatives renvoyée aux financements du mécénat et aux dons d'entreprises, porte la même logique que celles qui affaiblissent les services publiques, dégradent les secteurs de la santé, du logement, de l'aide sociale, et bien d'autres.

A la veille des Municipales 2020

Les subventions publiques aux associations ont diminué de 16 milliards depuis 2005 alors que les appels d'offre qui les ont en partie remplacées ne sont accessibles qu'aux structures les plus importantes : les 150 plus grosses structures comptent 95% des financements privés.

Le CAC mobilise tous les acteurs associatifs et demande :

- La création d'un fonds associatif doté d'un milliard d'euros en vue d'un appui au fonctionnement des associations porteuses d'utilité sociale
- La création de 100 000 nouveaux emplois aidés durables qui ne dérogent pas au droit du travail

Enfin une campagne de mobilisation aura lieu le 12 octobre, journée mondiale de mobilisation avant les Municipales de 2020. Signez l'appel, sur le site www.associations-citoyennes.net

Parmi les publications du CAC, on peut signaler la brochure intitulée « Dix thèses à propos des « Gilets Jaunes », Dix thèses pour les associations... »

« *Des moyens conséquents apportés à la psychiatrie* » font partie des nombreuses revendications. En 10 thèses pour les associations, Jean-Claude Boual, Président du CAS, fait l'apologie de la vie associative.

Les associations citoyennes parce qu'elles créent du collectif sont facteur d'émancipation. Elle sont un lieu de débat et d'élaboration en commun, un lieu d'éducation partagée et d'auto-éducation à la citoyenneté où chacun peut participer selon ses capacités dans le respect de tous. Parce qu'elle définissent elles-mêmes leur « utopie », par l'action qu'elles décident, elles bousculent voire remettent en cause l'ordre établi. [...]

On ne peut pas faire l'impasse sur l'apport des associations à la promotion de l'intérêt collectif et à la défense de l'intérêt général. Les associations sont des espaces de démocratie, d'entraide et de pouvoir d'agir.

Nouvelles du Fonds de dotation

La loi de modernisation de l'économie du 4 août 2008 a donné naissance aux Fonds de dotation. Elle permet de favoriser le mécénat et de simplifier le financement des projets et des missions d'intérêt général. Confrontées aux baisses successives des dotations et subventions publiques, en 10 ans, plus de 58% des créations de fonds sont l'œuvre d'associations.

Grâce à l'impulsion et au soutien financier d'Espoir 54, le Fonds de dotation « Santé mentale et citoyenneté » a vu le jour le 16 octobre 2018. Rassemblant quelques bénévoles de tous horizons, son objectif est :

- de récolter des fonds auprès des particuliers et des entreprises
- de financer des actions innovantes et inclusives dans le champ de la santé psychique
- et de lutter contre la stigmatisation de la souffrance psychique.

Notre garantie : un Comité Ethique ! Actuellement en cours de création, il veillera à ce que les projets soient conformes à nos valeurs et en adéquation avec les besoins identifiés et la solution proposée.

En phase de développement, nous souhaitons pour 2020 :

- accueillir de nouveaux bénévoles désireux de mettre leurs réseaux et leurs compétences au service de notre engagement,
- collecter nos premiers fonds : pour financer notre fonctionnement, vital pour avancer et pour financer un premier projet.

Nous ne sommes qu'au commencement de cette belle aventure. Beaucoup de chemin reste à parcourir et de choses à construire! Rejoignez-nous ! Pour plus de renseignement, vous pouvez nous contacter par mail caroline.jeannin.smc@gmail.com

Caroline Jeannin, Présidente du Fonds de dotation « Santé mentale et citoyenneté »

MAPH-Psy Longwy et Briey

Dernière-née : la MAPH-psy de Briey

Nous vous l'annoncions dans le dernier Bulletin de liaison, après 7 mois de recherche du bien idéal, la SCI d'Espoir 54 a pu envisager d'acquérir la future MAPH-Psy de Briey, achat qui s'est concrétisé le 30 octobre 2018. Avant de pouvoir investir ces nouveaux locaux de 130m², des travaux de réaménagement ont été nécessaires, comme la transformation du garage en salle de réunion/d'activité et la création d'un secrétariat.

La MAPH-Psy dispose donc d'un espace ouvert pour le GEM, de trois bureaux, d'une salle de réunion, d'une salle d'activité, d'une cuisine et d'un secrétariat. Adhérents et professionnels, ont été mis à contribution pour monter les meubles et investir les lieux dès le début du mois de juin 2019. Nous allons poursuivre notre installation dans ces beaux locaux durant l'été, en particulier grâce au soutien de notre bénévole Romane qui va accompagner les adhérents dans la création de tableaux pour personnaliser les lieux. L'équipe de Briey est à présent au complet, puisque nous avons la chance d'accueillir Laura MEDVESEK, accompagnatrice médiatrice au SAVS, Emmanuelle JEAN, agent administratif et Cécile CHAMBFORT, coordinatrice animatrice au GEM de Briey. Ils rejoignent Antoine BORTOLUSSI, accompagnateur médiateur ainsi que moi-même, chef de service et accompagnatrice.

A ce jour, la MAPH-Psy de Briey compte 55 personnes accompagnées et une quinzaine de personnes qui fréquentent le GEM. Le GEM le Relais de la Vie a lors de sa dernière assemblée générale élu des représentants des adhérents de Briey. Bienvenue aux nouveaux membres Briotins du CA ! Erwan, Vice-Président, Jacky, Vice-trésorier et Dany, Vice-secrétaire. Nous les remercions pour leur engagement. L'inauguration des locaux aura lieu le 11 octobre 2019 et toute la MAPH-Psy se prépare à cet évènement.

Agathe, Responsable de services

Quelques adhérents et professionnels de Briey.
De gauche à droite : Emmanuelle, Antoine, Laura, Agathe, Jacky, Fabien, Erwan, Ludovic

Projet « 1 mois 1 ville »

Le projet « Un mois, une ville » permet aux adhérents de découvrir de nouveaux lieux et de visiter des structures culturelles rattachées à ceux-ci (musées, châteaux etc.).

Les adhérents s'inscrivent volontiers dans une « routine » quant aux espaces qu'ils habitent, aux horaires qu'ils se fixent ou que les intervenants sociaux, médicaux et autres leur proposent. Dès lors, dans leur quotidien, ils peuvent se reposer sur des cadres stables, sécurisants et plus ou moins limitants. Bien que cet aspect soit nécessaire à leur équilibre, la découverte de nouveaux espaces les confrontent à des environnements changeants, à une réalité parfois oubliée.

L'un des points nodaux du Groupe d'Entraide Mutuelle vise une intégration au sein de la cité. Quoi de mieux dès lors qu'une exploration de nouveaux lieux pour développer et assouplir les capacités d'adaptation ?

Dans une perspective plus large, cette démarche induit une ouverture à l'extérieur, favorisant une rupture de l'isolement. Cette ouverture ne concerne pas uniquement l'aspect environnemental évoqué, mais est intrinsèquement liée à l'ouverture à autre.

C'est ainsi que les adhérents du Groupe d'Entraide Mutuelle « Le Relais de la Vie » ont visité plusieurs villes telles que : Bruxelles, Verdun , Nancy , Metz …Ce projet est subventionné par la CARSAT, mais également par Espoir 54.

Mélody, animatrice-coordinatrice GEM

La MAPH-Psy de Briey est ouverte tous les jours de 9h à 12h et de 13h à 17h, le GEM de Briey de 9h à 17h.

MAPH-Psy Nancy

Néanmoins lors de ces visites Monsieur A. a pu exprimer sa détresse. Il explique souffrir de solitude et rencontrer des difficultés d'ordre relationnelles et financières. Au regard de ces éléments, sa situation est alors abordée en Comité Technique Habitat Indigne (CTHI), afin que le Pôle Départemental (PDLHIND) oriente Monsieur A. sur le dispositif EPSIL.

L'orientation de Monsieur A. validée et les objectifs d'accompagnement fixés (participation de la personne, maintien à domicile, orientation vers le droit commun) une première visite est organisée avec la psychologue du dispositif EPSIL et l'inspecteur de salubrité. Monsieur A. se montre coopératif et exprime le besoin d'être soutenu pour désencombrer son logement, effectuer différentes tâches administratives et résoudre des difficultés relationnelles.

Une première démarche de désencombrement est entreprise avec l'équipe EPSIL. Malgré de longs entretiens, Monsieur A. ne parvient pas à jeter ou donner ses nombreux objets encore emballés. L'équipe décide alors de le soutenir dans une étape annexe et l'invite à commencer par jeter ce qui lui semble obsolète (feuilles piétinées, anciens prospectus, gadgets cassés, etc.).

Ainsi le travail s'amorce et chaque visite de l'équipe et l'occasion pour Monsieur A. d'exprimer son état émotionnel. Afin d'encourager cette dynamique, des entretiens hebdomadaires à Espoir 54 lui sont proposés. Lors des visites à domicile, Monsieur A. évoque en lien avec les objets stockés (ordinateur, dvd etc.) des évènements de son passé. Il exprime ses frustrations anciennes et les manques de son enfance, les interdits de son père et les compensations qu'il a trouvé dans son monde d'adulte. Les entretiens à Espoir 54 permettent de reprendre ces évènements de vie et de les mettre en lien avec l'encombrement de son logement. La peur du manque, le besoin d'être aimé sont deux éléments évoqués régulièrement par Monsieur A.

Un travail de résolution de problèmes lui est alors proposé et il parvient à mieux appréhender les conflits qu'il rencontre avec autrui. En parallèle, l'assistant social d'EPSIL accompagne Monsieur A. vers le CCAS de la ville pour répondre aux difficultés d'ordre administrative et financière. Ainsi, Monsieur A. trouve dans le droit commun une autre personne ressource.

Au bout de quelques mois d'entretiens à Espoir 54 et de visites à domicile, Monsieur A. commence à désencombrer de lui-même et à ramasser certains objets tombant au sol. Il jette plus facilement les objets qu'il juge inutiles. Il lui est encore difficile de jeter ses objets emballés.

Progressivement, avec le soutien d'EPSIL, un travail de désencombrement se poursuit. Le bureau, puis la cuisine, la chambre et la salle de bain sont désencombrés. Monsieur A. dispose encore d'une multitude d'objets mais il a désormais accès facilement à son lit pour se reposer, à sa cuisine pour se nourrir et à sa salle de bain pour se laver. Le salon, inaccessible au départ, se désencombre au fur et à mesure. Il dit se sentir mieux dans son logement et trouve de l'intérêt à disposer de ses pièces.

C'est par une veille importante que le logement peut rester désencombré. Monsieur A. a de faibles ressources financières et ne peut donc pas bénéficier d'une aide à domicile. L'inspecteur de salubrité continue d'effectuer des visites à domicile et assure le fil conducteur du constat du désencombrement.

Audrey, Psychologue EPSIL

Avant

Après

* Agence Régionale de Santé (ARS), Direction Départementale des Territoires (DDT), Direction Départementale de la Cohésion Sociale (DDCS).

Audrey, Psychologue EPSIL

Vie de l'Association

Le collège des usagers :

Construction d'un groupe d'entraide et de soutien à la représentation des usagers en santé mentale

Forte d'une mission de représentation des usagers de la santé mentale, Espoir 54 a créé en mars 2019 une instance collaborative et participative permettant aux usagers de se retrouver autour d'une pratique militante : **le collège des usagers.**

Ce groupe de travail et de réflexion est ouvert à tous les adhérents-usagers d'Espoir 54 qui souhaitent s'investir sur des actions d'information et de déstigmatisation, s'impliquer dans la gestion et l'organisation d'Espoir 54 ou encore développer des projets autour de la pair-aidance. Ce groupe a pour objectif de donner la parole aux usagers sur des problématiques sanitaires ou sociales les concernant, d'exprimer les différents avis et sensibilités en vue de se rapprocher au plus juste de l'intérêt commun.

Tous les premiers samedis du mois un groupe d'une dizaine de personnes se réunit, autour d'un petit déjeuner, pour faire le point sur les actions passées, valider les demandes de partenariat ou d'intervention et se répartir les différentes missions. Des temps d'échanges libres et de discussions informelles ponctuent également ces rencontres en fonction de l'actualité ou des actions en cours dans l'association.

Une professionnelle soutient l'organisation de ce groupe (rédige l'ordre du jour et les comptes rendus, fait l'intermédiaire avec les partenaires, soutient la mise en place des plannings d'intervention...) et favorise les échanges au sein du groupe (aide à la gestion des émotions, distribution de la parole, reformulation, si besoin etc.). Elle s'assure également que l'engagement militant de chaque membre soit en adéquation avec ses possibilités, ses compétences et sa fatigabilité avec un regard bienveillant sur la stabilité des participants. Un relais auprès des professionnels d'Espoir 54 peut être envisagé pour soutenir l'usager en cas de difficultés et des temps d'acquisition de compétences peuvent se mettre en place (communication, gestion du temps, être représentant des usagers…) en fonction des besoins émergents.

Des professionnels, des membres de la direction ou du Conseil d'Administration peuvent être invités ponctuellement au collège des usagers pour faire une demande ou apporter leur point de vue sur un sujet abordé à l'ordre du jour. Des partenaires extérieurs peuvent également être invités. Nous avons par exemple accueilli Lydia Boukhetaia, Coordinatrice du département de Promotion de la Santé Mentale et de Prévention du Centre psychothérapique de Nancy pour nous présenter la thématique du colloque durant lequel les usagers auront un temps de parole à la tribune.

Depuis Mars 2019, les usagers ont soutenu la préparation des « ateliers Parlons psy » (travail préparatoire aux États généraux de la psychiatrie organisés par la Fondation de France) et y ont largement participé.

Ils ont accueilli une journaliste d'Amnesty International pour échanger sur l'accès au droit des personnes en situation de handicap psychique. Ils ont aidé à la formation d'étudiants en psychologie et à la sensibilisation de travailleurs sociaux d'un CCAS. Ils ont également représenté les adhérents-usagers aux différents Conseils d'Administration d'Espoir 54.

Pour la fin d'année le groupe recueillera les avis de l'ensemble des usagers des différentes MAPH-Psy sur le thème de la citoyenneté afin d'en faire la restitution durant le colloque du 14 novembre ayant pour thème : « Implication citoyenne en santé mentale : réalité et perspectives ». Ils souhaiteraient également recevoir une députée de Meurthe-et-Moselle, autour d'un temps de rencontre. Enfin, la préparation d'une action en vue des Semaines d'Information sur la Santé Mentale est également envisagée.

Né il y a seulement 6 mois, nous sommes toujours dans la construction de ce collège. Bien que l'idée de départ soit assez claire : donner la parole aux usagers de la santé mentale, les modalités de fonctionnement, les règles du groupe, les missions de ce collectif… évoluent et s'affinent en fonction des expériences collectives et des participants engagés. Le groupe s'ajustera et se définira au fil du temps avec pour valeur dominante le respect de chacun et la convivialité.

Pauline, coordinatrice d'actions sociales

Une vision trop simpliste de l'insertion serait une forme de violence institutionnelle qui renforcerait l'exclusion des plus vulnérables. Il faut donc examiner les voies d'amélioration de notre système de solidarité dans le respect du principe de la dette sacrée inscrit dans la première constitution de la république française (Article 21) : « *Les secours publics sont une dette sacrée. La société doit la subsistance aux citoyens malheureux, soit en leur procurant du travail, soit en assurant les moyens d'exister à ceux qui sont hors d'état de travailler.* »

Lettre de la Présidente de l'Unafam—juillet 2019

SAMSAH d'Espoir 54 : une bonne nouvelle !

Notre demande de création de 9 places supplémentaires pour le SAMSAH a été validée.

Notre SAMSAH pourra intervenir sur la Métropole du Grand Nancy, en complément du SAVS.

Un SAMSAH pour quoi faire ?

En partant du décret 2005-223 du 11 mars 2005 qui définit les missions d'un SAMSAH, on peut considérer qu'elles sont proches de celles d'un SAVS auxquelles viennent s'ajouter des missions complémentaires :

- La coordination de soins médicaux et paramédicaux à domicile ou un accompagnement favorisant l'accès aux soins et l'effectivité de leur mise en œuvre
- Un accompagnement et un suivi médical et paramédical en milieu ordinaire de vie, y compris scolaire, universitaire et professionnel.

La coordination du projet de soins : une spécificité du SAMSAH

La coordination globale de la prise en charge médicale avec le secteur psychiatrique, le médecin traitant et les autres intervenants prennent en compte la globalité des problèmes de santé que masque souvent le handicap psychique et son caractère évolutif.

La mise en place d'un plan de soins et d'accompagnement médico-social individualisé sera réalisé par le SAMSAH en lien avec ses partenaires du sanitaire. Une attention particulière sera portée à l'expression de la demande des personnes à travers le choix d'un outil d'évaluation multidimensionnel[1] car le problème du handicap psychique reste la difficulté des personnes à admettre leur situation d'où une non demande parfois importante porteuse d'ambiguïté. Ces actions seront coordonnées par l'infirmier du SAMSAH sous la responsabilité du psychiatre vacataire du SAMSAH.

Le SAMSAH permet de donner du sens au projet de soins en l'enracinant dans le projet de vie de la personne.

Objectifs spécifiques

La problématique du handicap psychique et le contexte du territoire couvert impliquera la prise en compte d'objectifs spécifiques pour le SAMSAH :

Lors des temps de crise et de décompensations une intervention renforcée de l'équipe du SAMSAH privilégiera les allers-retours hôpital-domicile afin de permettre une stabilisation rapide des personnes handicapées.

Le SAMSAH s'appuie sur ce travail pour favoriser les transitions entre soins, vie quotidienne et citoyenneté.

Il développe un travail en réseau autour du projet de soin et de vie de la personne.

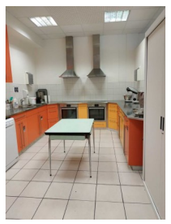
L'objectif du SAMSAH doit être d'éviter les situations d'urgence et les hospitalisations sous contrainte qui sont toujours le signe d'un échec de la prévention et traumatisantes pour la personne et son entourage.

Espoir 54 a des liens forts avec le CPN par son travail au quotidien mais aussi par son travail de recherche pour améliorer le système de santé et la complémentarité entre sanitaire et médico-social.

Les moyens humains complémentaires pour l'ouverture des 9 places supplémentaires comportera des temps de psychiatre, psychologue, ergothérapeute, infirmier et bien sûr un renforcement de l'équipe de Direction et de l'équipe administrative.

[1] https://www.cnsa.fr/recherche-et-innovation/resultats-de-recherche/

L'été du GEM Parasol'



La période estivale étant propice aux sorties, les adhérents du GEM Parasol' et d'Espoir 54 se sont réunis pour organiser le planning de l'été. Plusieurs sorties ont donc été mises en place notamment des sorties en pleine nature : lac de Gérardmer, lac de Longemer, parc de la Pépinière, marche à Sexey aux forges… Ces sorties ont été l'occasion pour les adhérents de découvrir de nouveaux paysages, de profiter de l'air pur, et d'un moment chaleureux en groupe. L'été est également favorable au grand rangement : 10 adhérents du GEM se sont courageusement réunis toute une journée, afin de ranger, trier et nettoyer les locaux du GEM.

Un grand merci à eux pour leur investissement!

Anne-Charlotte, animatrice-coordinatrice GEM

MAPH-Psy Nancy

EPSIL : le dispositif innovant…

Le nombre de signalements concernant les personnes en situation d'incurie dans leur logement est en constante évolution. Fin 2016, deux principaux constats sont partagés par différentes instances* : les situations complexes sont de plus en plus nombreuses et les dispositifs d'accompagnement mobilisés s'essoufflent du fait de la difficulté du public. Les personnes encombrent de manière récurrente les services d'urgence, les professionnels se démotivent.

Lors du Comité de pilotage 2017 du Pôle Départemental de Lutte contre l'Habitat Indigne et Non Décent de Meurthe-et-Moselle (PDLHIND54), une mise en action spécifique sur l'incurie dans le logement est validée. Dès lors, un groupe de travail réunissant différents acteurs (ARS, DDT, DDCS*, bailleurs, services de psychiatrie) est mis en place.

Le dispositif EPSIL (Equipe Pluridisciplinaire dédiée aux Situations d'Incurie dans le Logement) est créé au sein d'Espoir 54. L'équipe est constituée d'une psychologue et d'un assistant social et, depuis janvier 2019, d'un éducateur spécialisé. 10 à 15 nouvelles situations par an sont orientées sur le dispositif, orientation effectuée exclusivement par le PDLHIND pour une durée de 9 mois.

Les objectifs d'accompagnements sont rythmés par deux volets d'intervention :

- **Intervention au domicile** :

  Prise de contact : développer le « aller vers », recréer du lien, rechercher l'adhésion de la personne ; Evaluation de la situation sanitaire, sociale et mé dico-sociale ; Accompagnement de la personne vers le droit commun ; Aide de l'occupant à la remise en état du logement (tri, …)

- **Coordination des partenaires :** l'équipe assure la coordination des intervenants, chacun dans leur champ de compétences (action sociale, santé, protection des majeurs, aide à domicile, bailleur, collectivités...)

Le dispositif permet de prendre en considération les difficultés psychologiques rencontrées par les personnes qui sont en situation d'incurie.

Faire intervenir l'équipe EPSIL sur ces situations permet de ne pas cibler exclusivement le problème d'incurie dans le logement mais de considérer la personne dans sa globalité en lui apportant le soutien nécessaire dont elle a besoin pour pouvoir mettre en œuvre ses projets.

Illustration d'un accompagnement

Monsieur A., 58 ans, célibataire est propriétaire de son logement dans lequel il vit seul. Ses parents sont décédés. Il n'a plus de famille dans la région. Monsieur A. a exercé différents métiers au cours de sa vie. Assistant scolaire durant les huit dernières années, il se retrouve au chômage. Aujourd'hui Monsieur A. est à la recherche d'un emploi. Actif, il est bénévole pour une association, et maintient une activité sportive. Depuis quelques mois, Monsieur A. engage un travail thérapeutique auprès d'une psychologue libérale.

Deux ans auparavant, Monsieur A. a fait l'objet d'un désencombrement et d'un nettoyage de son logement. Il se dit traumatisé par cette opération. Il craint de revivre cette situation au regard de l'encombrement de son logement actuel (entassement massif d'objets hétéroclites encore emballés), du signalement effectué par les pompiers suite à un départ de feu et des visites régulières de l'inspecteur de salubrité qui n'ont pas permis le désencombrement.

Avant

Après