

Psychiqueinfos

AVRIL 2019



Espoir 73

Le Chardon Bleu
Les Glycines
Le Parapente, 3 ans déjà !
Résidence Denise Barnier
Les GEM'S
SATREC
Dispositif Emploi Accompagné en Savoie
Le Habert

2-3

Aide aux aidants familiaux

Pair-aidance

L'Unafam

L'Unafam Savoie

Les services proposés

Les conférences de l'année 2018

Lectures

8-9 Zoom sur... une association

Infos pratiques

10

11

12

13

14

16-17

18

19

20





Dans le cadre de l'évolution des Politiques Publiques, de la Réponse Accompagnée Pour Tous et de son Projet Associatif, Espoir 73 s'est engagée depuis septembre 2016 dans la mise en place d'une Plateforme de Services comme une réponse innovante aux besoins des personnes en situation de Handicap porteuses d'une affection psychique. Espoir 73 s'inscrit ainsi pleinement dans une démarche d'amélioration des parcours de vie de toutes les personnes accompagnées sur ses différents sites en Savoie, mais aussi auprès de personnes en situations complexes ou sans solutions adaptées. La Plateforme de Services permet de garantir les meilleures prestations possibles en réponses aux besoins des personnes, dans une visée inclusive et en respectant les choix de vie de chacun au niveau institutionnel.

Pour mener à bien la mise en place de cette Plateforme de Services, Espoir 73 a signé en janvier 2019, son Contrat Pluriannuel d'Objectifs et de Moyens avec l'ARS et le Conseil Départemental, pour une durée de 5 ans, de 2019 à 2023. Le CPOM est une opportunité pour permettre à Espoir 73 de former ses collaborateurs à s'inscrire dans les transformations liées à cette nouvelle organisation en plateforme, mais aussi pour développer et mettre en œuvre ses projets innovants (tels que les pôles de prestations, l'emploi accompagné, le Pôle de Compétences et de prestations Externalisées, la coordination des parcours) avec un soutien des financeurs, et enfin pour se doter de nouveaux outils et mieux sécuriser l'accompagnement des personnes, le tout dans une démarche d'amélioration continue de la qualité.



Le siège, l'organe de pilotage de la Plateforme de Services Espoir 73, est installé dans de nouveaux locaux à Francin pour répondre aux besoins stratégiques de l'association Espoir 73. Son organisation a évolué et il s'est doté des nouvelles compétences pour devenir plus efficient au regard des différents projets.

Chaké Sahaguian - Directrice générale

Déménagement du siège



Le siège d'Espoir 73 a déménagé du domaine de la Livettaz à Bassens, en juillet 2018, pour s'installer à :

Zone Artisanale ALPESPACE

Bâtiment le MAKALU

15 voie Saint Exupéry - 73800 FRANCIN

secretariat.siege@espoir73.fr - Tél. 04 79 25 09 75

Cet espace de travail est plus spacieux et plus agréable que le précédent : les pans de murs sont entièrement vitrés, ce qui laisse entrer le soleil. Cet espace permet à chacun de travailler dans la bonne humeur et la tranquillité.

L'accueil, disponible pour recevoir les visiteurs, est placé au centre de six bureaux. Par ailleurs, une grande salle de réunion équipée est ouverte pour les conseils d'administration, les formations, et diverses réunions ; où chacun peut se rencontrer. Un "open-space" est également ouvert, pour des temps de convivialités, de pauses cafés et de pauses repas. Cet espace dispose d'une kitchenette équipée, permettant aux personnes de pouvoir se préparer leur repas. De plus, une bibliothèque y est installée, avec divers ouvrages à disposition.



Cette nouvelle installation répond à l'évolution de l'organisation de l'Association et contribue à la réalisation de nouveaux projets.

Dominique Bultez

Le PCPE d'Espoir 73

Coordonner et accompagner les parcours pour des personnes en situation complexe.

Début 2018, l'ARS a autorisé et labélisé la mise en place d'un PCPE (Pôle de Compétences et de Prestations externalisées), géré par Espoir 73. Ces dispositifs s'inscrivent dans la loi santé de 2016 et plus particulièrement dans la Réponse accompagnée pour tous (RAPT). Le PCPE permet d'apporter une réponse rapide et ajustée aux **besoins les plus complexes**, en proposant aux personnes des plans d'interventions individualisés et personnalisés qui exigent la coordination d'une pluralité de professionnels **dans une visée inclusive**.

Les objectifs principaux du PCPE d'Espoir 73 sont d'éviter une rupture de parcours pour des adultes en situation complexe, porteurs d'une affection psychique, en évitant par exemple une hospitalisation inadéquate ou un repli sur soi faute de réponse adaptée à leurs besoins. Dans ce cadre, les missions de l'équipe dédiée se situent à 3 niveaux :

- **Evaluation des attentes et besoins et des capacités**
- **Coordination du parcours de la personne avec les partenaires identifiés**
- **Intervention directe en attendant de trouver des solutions de droit commun ou adapté et durable.**

Le PCPE s'appuie sur les services de la Plateforme de Services d'Espoir 73. Il est constitué d'une équipe pluridisciplinaire interne en lien avec des libéraux et d'autres organismes spécialisés ou de droit commun.

En 2018, 6 situations complexes et 17 situations d'inclusion dans un logement en milieu ordinaire ont été coordonnées. Nous intervenons sur les territoires d'Albertville/Maurienne/Tarentaise et de la Combe de Savoie.

Pour entrer dans ce dispositif, contactez :
Mme Serve par mail : fanny.serve@espoir73.fr

Guillaume Weppe

Espoir 73 au 10^e Congrès de Réh@b'

Le 31 mai et le 1^{er} juin 2018 à Lyon, une équipe de professionnels et de bénéficiaires d'ESPOIR 73 a été convié pour présenter nos actions spécifiques au sein d'un Symposium de 2 heures, devant près de 500 personnes (professionnels, usagers, bénévoles, associations...). Ainsi, nous étions 37 personnes présentes sur ces deux journées nationales.

“En quoi la Réh@b a-t-elle permis l'évolution des pratiques de nos ESMS, et permis aux personnes accueillies de “reprendre du pouvoir sur leur vie” ?”

Durant cet événement National, nous avons œuvré pour présenter la spécificité de notre organisation en pôles centrés sur la Réhabilitation psychosociale, avec comme intervenants les professionnels dédiés à ces missions, ainsi que le partage d'expériences vécues par nos usagers.

Les thèmes abordés furent : accès aux soins de réhab, évaluation des ressources du sujet, l'insight, l'empowerment, l'accompagnement, la remédiation cognitive, l'entraînement aux habilités sociales, la déstigmatisation, les réseaux, la complémentarité sanitaire médicosociale, etc.

- **La Réhab au sein des activités et ateliers du “pôle Santé Bien-être”**
Mme Orane Pichon, Mme Ludivine Damois, Mme Alexandra Ritlewski, et le témoignage d'un bénéficiaire.
- **“Un pôle Autonomie pour se reconstruire”**
Mme Marie-Noëlle Bombenger, Mme Daphné Clauwert, et le témoignage vidéo d'un bénéficiaire.
- **“Et l'insertion professionnelle ?”**
Mme Orane Pichon, Jacques Couprié, et le témoignage d'un travailleur de l'Esat “Le Habert”.
- **“L'inclusion par la participation sociale”**
M. Olivier Klein, et le témoignage d'une ancienne bénéficiaire, puis M. Lydéric Bouquet, accompagné du témoignage d'un bénéficiaire de ce dispositif.
- **“Pourquoi une Coordination de projet et de parcours ?”**
Mme Fanny Serve, Mme Claire Jordan, et le témoignage d'un ouvrier de l'ESAT.

Je profite de cette tribune pour une nouvelle fois remercier l'ensemble des participants pour la qualité des interventions, le professionnalisme et l'engagement démontré durant cet exercice exceptionnel et « stressant » pour certains (non non, je ne pense pas aux usagers, mais bien aux professionnels).

UN GRAND MERCI et rendez-vous en 2020 à Angers



Jérôme Gachet

Le Chardon Bleu

Foyer de vie spécialisé, foyer d'accueil médicalisé et accueil de jour



Notre formation au diplôme des Prévention et Secours Civique Niveau 1

"On nous a enseigné les gestes pour sauver les gens. Pendant 3 mois, on s'est habitué à faire des massages cardiaques sur les mannequins et avec des images agrandies, on retenait des solutions pour aider à sauver des personnes. J'ai appris beaucoup de choses, ça m'a permis d'évoluer en travaillant en équipe. J'ai pris confiance en moi, merci à la Croix-Rouge !" - Farida

"Ce stage m'a permis d'apprendre beaucoup sur les gestes qui sauvent. De plus, il va me servir dans la vie courante. J'aime vraiment être au contact des gens qui ont besoin d'être secourus ou simplement qui ont besoin d'aide ou bien de soutien psychologique. Je remercie toute l'équipe qui a organisé cette formation avec la Croix Rouge. Félicitation à tout le groupe car malgré nos difficultés, nous avons tenu toute la durée des séances." - Marion

"Cette expérience m'a beaucoup appris, par des gestes simples mais pratiqués régulièrement, on s'aperçoit que l'on peut sauver des vies. Notre formateur Jean-Paul était super sympa et étonné par la prise de conscience que nous lui portions. Cerise sur le gâteau, après plusieurs semaines de pratiques et théories, nous avons tous fièrement reçu notre diplôme de PSC1 à Chambéry. Je remercie tous les participants et formateurs dont un autre Jean-Paul et Geneviève ainsi que la Croix-Rouge pour cette belle aventure." - Wilfried

"Ce stage de formation m'a apporté beaucoup de confiance en moi. J'aimerais faire d'autres stages pour approfondir mes connaissances sur la Prévention et le Secours Civique. Je suis fier de moi car je peux sécuriser les gens qui sont en danger autour de moi. Un grand merci au formateur pour m'avoir aidé, ce diplôme est gravé dans ma tête." - Daniel

Notre Partenariat avec la Sapaudia 28 juin : Départ de la 10^e Monoïkos à Albertville

La SAPAUDIA - un double objectif : promouvoir le don de moelle osseuse et l'intégration de tous les handicaps.

"Mercredi 27 juin 2018, nous avons assisté à une conférence sur la Sapaudia au Dôme avec différentes personnalités : le Maire d'Albertville qui a fait tout le défi, des politiques (Hervé Gaymard président du Département), des associations, des sportifs (Bernard Hinault) et sans oublier le parrain historique : le Prince Albert de Monaco. Avant la présentation de l'association, on a été accueilli par l'orchestre Tétrasyre. La cérémonie a été ouverte par le président Sylvain Guillaume qui expliquait que des actions sont menées dans des collèges de 5^e-6^e pour les sensibiliser au don de moelle osseuse. La Sapaudia ce n'est pas que le défi de la Monoïkos mais des actions sont réalisées tout au long de l'année.

Le lendemain, des résidents du Chardon Bleu sont allés encourager les participants en tandem (Philippe avec David, Akim avec Claude et Florence en vélo) pour le départ depuis la Halle Olympique à 10h00. Ils ont fait 450 km pour rejoindre Monaco en deux jours. Raphael

J'ai bien apprécié la Sapaudia, c'est une association magnifique et très sympa. J'ai passé de supers moments, je remercie le Chardon Bleu pour nous avoir financé le défi". Akim participant du défi

"Merci beaucoup à la Sapaudia pour cet événement partagé ensemble. Je suis fier de moi car j'ai mis le meilleur de moi-même pour pédaler 175 km en 2 jours, je suis heureux d'avoir participé, je l'ai fait !". Philippe participant au défi



Les Glycines

Résidence sociale d'insertion

Chardon Bleu Résidence Denise Barnier

Quelques nouvelles des Glycines et des changements !



L'équipe de direction a fait le choix d'un nouveau binôme (Olivier et Martine) qui accompagne les locataires des Glycines depuis quelques mois déjà. Martine est arrivée en mai dernier, en remplacement de Sandrine, partie travailler près de chez elle. Et Olivier, fraîchement diplômé Accompagnant Educatif et Social, passe cette année à temps plein aux Glycines.

La vie aux Glycines continue, chacun poursuit sa route (sorties, visites, rencontres), certains locataires ont eu la possibilité de faire des stages, voire de trouver un contrat de travail ; d'autres ont le souhait de déménager.

Nous continuons notre lien avec les différents partenaires et notamment le CHS de la Savoie, dont l'aide est un vrai atout.

Des travaux et améliorations fonctionnelles ont eu lieu aux Glycines en 2018. Nous disposons actuellement d'une cuisine flambant neuve, plus fonctionnelle, d'un espace bureau agrandi et depuis peu de temps, nous avons des rideaux choisis ensemble, qui meublent agréablement la pièce collective. La partie "lingerie" a été déplacée et est désormais accessible tous les jours.

Le remplacement des portes des appartements des locataires est prévu en début d'année, ainsi que celui de la porte d'entrée de la villa et sans doute la porte coupe-feu qui accède à la cave. Durant le même temps les parties collectives seront totalement renouvelées.

Martine et Olivier

Le Parapente, 3 ans déjà !

En 2016, un projet de partenariat voit le jour sur la Résidence Denise Barnier dans le cadre de la Formation HAND'ICARE proposée par la Fédération Française de Vol Libre (FFVL). C'est ainsi, qu'a été créé ce partenariat, proposant ainsi deux journées de découvertes et de formation liant professionnels du vol libre et résidents, en lien avec l'Enseignante en APA...



Depuis 2017, ce dispositif se développe en proposant des vols biplaces en plus de la pente école, aux résidents de la Résidence Denise Barnier, mais aussi du Chardon Bleu. En 2018, la formule pente école sur une demi-journée et vol en biplace le lendemain est reconduite sur le même principe, en gardant également la théorie le troisième jour au sein de la Résidence Denise Barnier. David, Alain M., Alain et Jean-Yves s'envolent !

Ce modèle de formation sur trois jours a été reconnu par la Commission Nationale Hand'ICARE de la FFVL comme une formation complète et un modèle à suivre...

Fort de cette notoriété, nous avons été sollicité par l'ENSA (Ecole Nationale de Ski et d'Alpinisme). Une journée de formation en immersion sur l'établissement a été faite pour 18 stagiaires...

Pour 2019, le rendez-vous est pris... Ce sera le dernier week-end de septembre.

Amandine Duchamp Laforque

"Une fois là-haut, j'ai fait le vide dans ma tête. Je suis fier de moi" - David (RDB)

"J'avais le vertige, j'ai vu un lac en haut, c'était superbe. J'avais peur mais ça s'est bien passé. Si c'était à refaire, je referai dans un an. Le parapente c'est superbe !" - Jean-Yves (CB)

"J'appréhendais avant d'y aller, j'avais un peu peur mais j'ai réussi à prendre l'habitude de l'altitude. Cela permet d'avoir moins le vertige d'être dans les hauteurs. Cela m'a fait prendre l'air, j'étais léger comme un papillon." - Alain (CB)

"Tout m'a plu : les moniteurs. Nous avons été super bien accueillis. Nous avons bien mangé. Le vol était trop court". - Alain M (RDB)



La Résidence Denise Barnier

Foyer de vie spécialisé

La médiation animale

La médiation animale, appelée plus communément **zoothérapie**, est une forme de thérapie qui utilise la proximité d'un animal domestique ou de compagnie auprès d'un humain souffrant de troubles mentaux, physiques ou sociaux.

Née au 19^e siècle et très développée dans les pays anglo-saxons, la zoothérapie est souvent utilisée dans le cadre de problèmes d'attention, de concentration, de dépression et dans certaines formes d'autisme. Le principe est que l'animal est censé avoir un effet calmant sur le patient et son contact contribue à faire baisser le stress ainsi que la pression sanguine.



On utilise fréquemment des chiens, des chats, des chevaux, des dauphins et des rongeurs dans ce type de thérapie.

A la résidence, tout le monde connaît Rose et Ouma, la chienne et la chatte, les locataires à quatre pattes du 2^e étage. Elles apportent toutes deux, joie, dynamisme et tendresse à tous, particulièrement à leurs propriétaires, Myriam et Marie-Chantal. En effet, posséder un animal est un plus, un complément aux traitements médicamenteux, un soutien fidèle, une véritable aide relationnelle au quotidien. Cela permet de développer ses propres compétences sociales dans la mesure où Rose et Ouma aident les résidents à communiquer et interagir entre eux, à faire appel à la confiance en soi

de chacun et invite même à utiliser l'autorité et le respect des règles de la vie en communauté.

Enfin et pour être objective, qui y a-t-il de mieux qu'un petit être plein d'amour pour vous aider à affronter la vie, la maladie et ses tumultes ? Quelqu'un qui, quoiqu'il arrive, journée avec ou sans, vous accueille avec joie et vous montre que vous lui avez manqué !

"Si je n'avais pas d'animaux, mon portefeuille serait plein mais ma maison et mon cœur serait vide."

C'est un peu ma devise, et j'espère vous avoir convaincu de l'importance d'avoir des animaux.

Myriam AVERTY - Résidente et Présidente du CVS

18 décembre 2018 Fête de Noël

Dès le mois d'octobre 2018, les membres du CVS se sont impliqués dans l'organisation de la fête de Noël de la Résidence.

Leur choix s'est porté sur une soirée à thème "chic et classe", entourés de leurs familles (111 convives étaient présents).

En conclusion, une soirée magique et remplie d'émotions qui restera à jamais graver dans les mémoires.



Les résidents en parlent le mieux :

*"On a eu un repas très bon, je me suis régalée"
"C'était une soirée inoubliable car la qualité du spectacle était exceptionnelle : ça sera difficile de faire mieux l'année prochaine ; toutefois, le rendez-vous est pris"*

Alexandra Rittlewski

Remédiation cognitive par les jeux de stratégies

Depuis plus d'un an, la remédiation cognitive a fait peau neuve à la RDB. Elle a revêtu l'aspect ludique de jeux de stratégies dont l'objectif reste le même : entraîner mémoire, concentration, fonctions exécutives et capacités de prise de décision. Cinq résidents participent tous les mercredis après-midi, sans manquer une séance, pour une durée de deux heures à deux heures trente. Ils se réunissent autour de divers jeux. Depuis 2019, le groupe a accueilli un nouveau joueur, ils pourront à présent tourner sur différents jeux.

Paroles d'usagers

*"Au début je n'arrivais pas à me concentrer et à mémoriser les règles. Maintenant, je suis moins fatigué après une séance. Je ressens les bénéfices dans mon quotidien : je parviens mieux à m'organiser dans mon emploi du temps, je me sens moins sous une chape de plomb".
"Ça me fait travailler ma mémoire et passer un temps convivial avec les autres joueurs".
"Ça me fait du bien, c'est important de prendre soin de ses capacités, on ne fait pas que jouer".*

Orane Pichon

Les GEM'S

Groupe d'Entraide Mutuelle

Les 10 ans du GEM Horizon 73

Le 3 juillet 2018 nous avons fêté les 10 ans du GEM à la salle des fêtes de Drumettaz !

C'est sous un beau temps que l'orchestre dirigé par Serge accueillait les nombreux participants. En plus de notre présidente et de Christophe, les membres du Bureau, du CMP, des Glycines, des GEM de Chambéry, de Saint-Jean-de-Maurienne, d'Annecy, d'Annemasse, le Chardon Bleu, les maires d'Aix-les-Bains, de Drumettaz, le directeur du CHS et d'autres personnalités étaient présentes.

Suite aux discours et messages tous plus chaleureux les uns que les autres, un diaporama sonorisé retraça

l'histoire des 10 ans de vie du GEM.



Tout le monde s'est ensuite retrouvé autour d'un buffet froid bien approvisionné grâce aux différents groupes de bénévoles qui avaient préparé des salades variées, et qui s'est terminé avec des pâtisseries préparées et offertes par la Résidence Denise Barnier.

Ensuite l'orchestre nous a permis de danser avec beaucoup de plaisir, et les stands de jeux ont été installés dehors. Pour terminer, un tirage de la tombola, avec ses nombreux lots, a fait beaucoup d'heureuses et d'heureux. Avec les restes du buffet de midi, les personnes encore présentes ont pu dîner copieusement.

Ce n'est que vers 20h30 que nous nous sommes séparés, fatigués mais heureux après avoir rangé et nettoyé la salle.

Anne-France, Isabelle, Séverine

Le GEM Renaissance

Le Gem Renaissance, au 10 rue Pargoud, est un espace collectif d'accueil avec diverses activités permettant aux personnes en situation de fragilité psychique de rompre leur isolement.



*Là où je vais,
Au hasard d'une rue je vous ai trouvé,
Et pourtant je n'osai pas entrer ...
C'est avec simplicité et beaucoup d'aisance
Que je vous invite au GEM Renaissance,
Là-bas vous trouverez les ingrédients,
Qui feront de vous un bon adhérent.
Panache de sourires, regards et échanges
On ne se lasse pas de ce beau mélange
Petites attentions entre vous et moi
Timides amitiés, explosions de joie
Petit à petit j'ai ouvert mon cœur
Et mené ma danse,
La danse du bonheur !
Hadji*

Le GEM Rebond 73

Au GEM Rebond 73 : Nous ne sommes pas tout seul, nous faisons de belles rencontres, nous développons des liens d'amitié, nous découvrons des activités nouvelles, nous faisons de belles sorties, des rencontres entre GEM's, des projets en partenariats avec d'autres structures... Bref on ne s'ennuie jamais !

En quelques mots, le GEM Rebond 73, c'est la créativité, le partage, l'entraide et les rencontres



Le GEM L'Oasis

"GEM L'OASIS à Chambéry
On s'y fait pleins d'Amis
Au programme riche et variés
Tout comme les menus si délicatement mijotés
Une et mille coup de sonnette
La table est toujours prête
L'accueil n'est pas un vain mot
Pour chacun venir au GEM est un cadeau"



L'ESAT SATREC a changé de gestionnaire

Basé à La Ravoire, l'ESAT SATREC accompagne plus de 80 personnes avec un handicap psychique vers la réinsertion au travail depuis 1983.

L'association Solidarité Savoyarde gestionnaire de l'ESAT jusqu'alors, a transféré l'agrément à Espoir73 depuis le 1^{er} Avril 2018.



Dans le cadre du CPOM signé par Espoir73 et l'ARS, le projet d'établissement de l'ESAT SATREC va s'orienter progressivement vers un ESAT de transition vers le milieu ordinaire de travail.

Pour favoriser le passage du milieu protégé vers le milieu ordinaire, les activités de service, stages et détachement en entreprise sont privilégiés.

Ainsi, une équipe Hygiène-propreté a été mise en place, une 2^e équipe espaces-verts est en cours de déploiement et une équipe est détachée dans une entreprise industrielle. Plus de 10 personnes ont pu, en outre, avoir une expérience en milieu ordinaire à travers des stages ou des prestations en entreprise sur cette dernière année.

L'ESAT continue de gérer le restaurant l'Aumônerie à Bassens et de proposer des activités de sous-traitance industrielle sur le site de La Ravoire.

Contact : 04 79 70 46 70 - E-mail : accueil.satrec@espoir73.fr



Dispositif Emploi Accompagné en Savoie



Depuis avril 2018, Espoir73 met en œuvre le dispositif Emploi Accompagné sur la Savoie en partenariat avec Cap Emploi.

Il s'agit d'une nouvelle offre d'accompagnement, vers l'insertion directe en milieu ordinaire pour les personnes avec un handicap psychique. Le principe est d'accompagner directement les personnes vers un emploi, sans préalable de formation ou de bilan.

La spécificité de cet accompagnement est qu'il est sans limite de durée dans le temps permettant un suivi sur le poste de travail dans l'entreprise dès que des difficultés apparaissent ou de bénéficier du même conseiller, sans autre démarche à la fin d'un contrat.

Le Habert

Établissement d'Aide par le travail et Foyer d'hébergement

Évolutions au Foyer d'Hébergement

Le Foyer d'Hébergement du Habert qui accompagne les ouvriers qui travaillent à l'ESAT dans leur vie hors travail est constitué pour l'hébergement de colocations et appartements répartis sur 3 communes de la vallée des Entremonts.



Fin 2018, 6 appartements neufs (T1 et T2) construits par la commune de St-Pierre-d'Entremont (38) ont été loués pour adapter le parc de logements aux besoins et évolutions des résidents. Situés au centre du village, ils permettent un accès facilité aux principaux services et vont dans une tendance de logements plus petits, avec moins de collectifs.

En conséquence, Espoir73 a mis fin à la location de la maison "du Cozon", qui hébergeait 6 personnes avec un accompagnement rapproché depuis plus de 20 ans !

Le parc de logements est ainsi constitué maintenant :

- de 2 maisons pour 5 colocataires chacune avec un accompagnement à l'autonomie et la participation sociale
- de 6 appartements individuels, 3 appartements pour 2 personnes et 2 colocations de 4 et 5 personnes avec un accompagnement centré sur la participation sociale.

Ce parc immobilier offre aujourd'hui 13 lieux de vie différents, permettant une réponse efficace à l'autonomie, aux besoins, aux projets des personnes et favorise ainsi "la reprise de pouvoir sur sa vie".

Contact : 04 79 26 20 50 - E-mail : info.lehabert@espoir73.fr



Pour être bénéficiaire du dispositif, il faut avoir une orientation MDPH spécifique "Emploi Accompagné".

Après un an, le dispositif est quasiment en rythme de croisière, avec 20 personnes accompagnées sur le bassin chambérien. Parmi elles, 7 sont en emploi, principalement en CDD, sachant que la moitié des orientations datent de fin 2018-début 2019.

Ce dispositif est financé par l'ARS, l'AGEFIPH et le FIPH pour 3 ans et Espoir73 le développe avec l'appui de Messidor qui a testé cette méthode d'insertion depuis 2011.

Contact : 07 63 17 10 27 - E-mail : emploiaccompagne@espoir73.fr



Une personne est considérée comme aidant familial lorsqu'elle s'occupe au quotidien d'un proche dépendant handicapé ou malade et quel que soit son âge. Il peut s'agir d'un membre de la famille, d'un ami, d'un voisin, elle se différencie des professionnels du soin. 75% des familles accompagnent au quotidien leur proche souffrant de troubles psychiques. (Enquête Unafam réalisée par Médiaprim en 2016 auprès de 12 000 familles adhérentes à l'Unafam).

L'UNAFAM propose aux familles :

- **DES ACCUEILS** : lieux d'écoute, d'aide, de soutien d'information et d'orientation.
- **DES GROUPES DE PAROLE** qui permettent aux familles de s'exprimer hors d'un contexte de jugement et d'évaluation en toute confidentialité, de sortir de l'isolement, de réfléchir à de nouvelles attitudes pour mieux vivre au quotidien.
- **DES RENCONTRES CONVIVIALES** qui sont l'occasion de se ressourcer, d'échanger et de faire connaissance entre pairs, parfois avec des invités et des professionnels.
- **DES CONFÉRENCES GRAND PUBLIC AVEC PROFESSIONNELS** sur des thématiques ciblées.
- **DES SESSIONS D'INFORMATION ET DE FORMATION** afin d'accompagner ces familles gratuitement sur toute la France :
 - **Journée d'information sur les troubles psychiques** : approfondir ses connaissances sur les maladies et le handicap psychique, sur les différentes offres de soins, les établissements sanitaires et médico sociaux du département.
 - **Mieux communiquer avec son proche bipolaire** : acquérir des connaissances sur les troubles bipolaires et les déficits spécifiques du traitement des informations qui peuvent entraîner des difficultés de communication et développer des moyens de faire face à ces difficultés, afin d'éviter les rechutes, améliorer la relation et se préserver.
 - **Les ateliers d'entraide Prospect** : un travail collectif de réflexion et d'élaboration pour ; prendre du recul par rapport à l'incidence de la maladie sur sa propre vie, prendre conscience des savoirs et des savoir-faire que l'expérience de la maladie fait acquérir, identifier et apprendre à utiliser des stratégies pour faire face dans la durée, développer l'estime de soi. Une aide de pairs à pairs.

L'Unafam Savoie soutient le programme Profamille proposé par le Centre Hospitalier de la Savoie en partenariat avec Espoir 73 :

- **Le programme PROFAMILLE**, à destination de proches aidants de personnes souffrant essentiellement de troubles schizophréniques. L'objectif de ce programme de psycho-éducation est d'informer et de former sur les causes et les conséquences de la maladie. Il permet d'acquérir des savoir-faire et de les expérimenter pour améliorer la relation avec les proches malades. Cette formation se déroule à la Maison des usagers.
- **La maison des usagers du CHS de la Savoie** est un lieu de rencontre avec des associations d'usagers, des associations de familles, ... L'accès est libre, gratuit et anonyme, et est à destination des patients hospitalisés ou non, des familles, des proches, et de toute personne désireuse de trouver des informations.
Ces rencontres visent à favoriser l'écoute, la communication, l'échange, le partage et le soutien. Ils permettent aux proches aidants l'accès à des informations concernant les parcours de soins, les différents dispositifs de prises en charge, les structures et services adaptés, etc.

Chacune de ces structures peut vous aider selon votre demande. Des projets sont en cours de construction pour les années à venir (2019 et suivantes) afin de répondre de manière plus précise aux besoins des proches aidants.

- L'Unafam proposera l'aide aux proches d'enfants et d'adolescents souffrant de troubles psychiques.
- Espoir 73 développe l'accueil et l'accompagnement des familles dans le cadre de l'admission de personnes dans ses structures (inter-établissement).
- Le CHS et l'Unafam travaillent sur le programme "BREF" : programme de psycho éducation élaboré par le docteur REY médecin psychiatre au centre hospitalier Le Vinatier à Lyon en partenariat avec l'Unafam depuis 2013. Espoir 73 se joindra à cette réflexion prochainement.

La psycho-éducation est une intervention thérapeutique qui vise à informer les patients et leur proche sur les différents aspects du trouble psychique. L'objectif est de promouvoir les capacités pour y faire face, favoriser l'autonomie et faciliter l'élaboration de stratégies personnalisées. L'apport d'informations permet souvent de créer un climat de collaboration entre l'équipe de soins, le patient et ses proches afin que tous soient partenaires dans l'élaboration et la mise en œuvre d'**une alliance thérapeutique** et d'un projet de soins.

La psycho-éducation permet de diminuer le taux de rechute, améliore l'adhésion au traitement et est associée à une meilleure connaissance de la maladie.

Qu'est-ce que la Pair-aidance ?

La **pair-aidance** repose sur l'entraide entre personnes souffrant ou ayant souffert d'une même maladie, somatique ou psychique. Le partage du vécu de la maladie et du parcours de rétablissement constituent les principes fondamentaux de la pair-aidance qui peut prendre plusieurs formes :

- participation à des groupes de parole au sein d'associations d'usagers ;
- rencontre dans des Groupes d'entraide mutuelle (GEM) ;
- intégration de pairs-aidants bénévoles ou professionnels dans les établissements de santé.

Le partage d'expérience et l'entraide induisent des effets positifs dans la vie des personnes souffrant de troubles psychiques, notamment en permettant de rompre l'isolement et d'apprendre à vivre avec la maladie. La pair-aidance a une vocation de réhabilitation psychosociale, et vise à permettre à l'individu de sortir du statut de "patient" pour devenir acteur de son rétablissement.

Fort de son expérience et de ses compétences acquises tout au long de son parcours de rétablissement, le pair-aidant peut :

- redonner espoir, puisqu'il a lui-même affronté et franchi des obstacles liés à la maladie et adopté des stratégies facilitant son rétablissement ;
- soutenir et responsabiliser ses pairs dans la reprise de pouvoir sur leur vie et leur rétablissement ;
- participer à réduire la stigmatisation : par le témoignage et une implication dans les services de santé mentale.

■ Les groupes d'entraide mutuelle (4 en Savoie) :

"Les GEM sont avant tout des lieux de convivialité animés par et pour les usagers et ex-usagers des services de psychiatrie. N'appartenant ni au domaine sanitaire ni au domaine médico-social, ils fonctionnent sur le mode des associations loi 1901 par libre adhésion et sont financés à 80% par les Agences régionales de la santé (ARS).

Cherchant à répondre à la question centrale du maintien du lien social et de la lutte contre l'isolement des personnes souffrant de troubles psychiques, les GEM sont à la fois un moyen de réduction du handicap, et un moyen de compensation passant par le collectif."

Source : Psy.com. (2015). Pair-Aidance. Consulté sur <http://www.psycom.org/Espace-Presse/Sante-mentale-de-A-a-Z/Pair-aidance>.

■ L'intégration dans les équipes de soins (expérience au CHS de la Savoie) :

En France, un projet expérimental "médiateurs de santé-pairs" a débuté en janvier 2012. Le médiateur de santé-pair est "un membre du personnel qui, dans le cadre de son travail, divulgue qu'il vit ou qu'il a connu une période de trouble psychique. Le partage de son vécu et de son histoire de rétablissement, ou de son savoir expérientiel, a pour but de redonner de l'espoir, de servir de modèle d'identification, d'offrir de l'inspiration, du soutien et de l'information auprès de personnes qui vivent des situations similaires à celles qu'il a vécues" (Site internet de l'AQRP : Programme québécois Pairs Aidants Réseau).

Source : Psy.com. (2015). Pair-Aidance. Consulté sur <http://www.psycom.org/Espace-Presse/Sante-mentale-de-A-a-Z/Pair-aidance>.

- Le pôle pair-aidance d'Espoir 73 va favoriser l'émergence d'une forme simplifiée de "pair-aidance" au sens noble du terme. L'objectif sera de donner la parole à ces personnes afin qu'elles puissent aider d'autres usagers, et partager leur parcours de vie avec eux, sans pour autant s'orienter obligatoirement de manière professionnelle dans cette voie.

* « Le rétablissement est un processus foncièrement personnel et unique qui vise à changer ses attitudes, ses valeurs, ses sentiments, ses objectifs, ses aptitudes et ses rôles. C'est un moyen de vivre une vie satisfaisante, remplie d'espoir et productive malgré les limites résultant de la maladie. Le rétablissement va de pair avec la découverte d'un nouveau sens et d'un nouveau but à sa vie, à mesure qu'on réussit à surmonter les effets catastrophiques de la maladie mentale. » (Psy.com. (2015). Rétablissement. Consulté sur <http://www.psycom.org/Espace-Presse/Sante-mentale-de-A-a-Z/Retablissement>.

Projet associatif

Fin 2015, le conseil d'administration a entrepris d'élaborer le premier projet associatif de l'UNAFAM. Un projet associatif pour décliner l'identité de notre association, asseoir nos valeurs et surtout exprimer un projet politique qui a vocation à fédérer l'ensemble des acteurs qui y contribuent (adhérents, bénévoles, professionnels) et à permettre d'engager des partenaires. L'enjeu du projet associatif de l'UNAFAM est de répondre au mieux aux besoins des trois millions de personnes concernées par la maladie psychique d'une personne de leur entourage.



Les 6 orientations stratégiques

- 1 Un autre regard sur les personnes touchées par la maladie et le handicap psychiques, incluant l'entourage**
 Priorité : améliorer la compréhension des maladies et du handicap psychiques
- 2 La mise en œuvre effective des droits des personnes vivant avec des troubles psychiques**
 Priorité : obtenir l'effectivité des droits fondamentaux et sociaux des personnes vivant avec des troubles psychiques
- 3 Des réponses adaptées et évolutives sur l'ensemble du territoire**
 Priorité : assurer la continuité des parcours
- 4 La reconnaissance des savoirs issus de l'expérience**
 Priorité : obtenir l'orientation systématique de l'entourage des personnes vivant avec des troubles psychiques vers les associations de familles
- 5 La connaissance scientifique des maladies et du handicap psychiques**
 Priorité : développer la coopération avec les associations qui travaillent dans le domaine de la neuropsychiatrie et des sciences sociales, pour obtenir des fonds pour la recherche
- 6 La pérennisation et l'optimisation des ressources humaines et financières**
 Priorité : renforcer l'attractivité de l'Unafam

Retrouvez l'intégralité du projet associatif de l'Unafam 2017-2022 sur le site internet : www.unafam.org

Édito

L'UNAFAM de la Savoie participe activement à l'élaboration du **PTSM** (Projet territorial de santé mentale) et de son diagnostic préalable qui s'appuie sur des données de besoins de ressources et d'offres du territoire prévu par le décret du 27 juillet 2017. Ce décret définit six priorités (site Legifrance.gouv.fr). En région AuRA, à la demande de l'ARS (Agence Régionale de Santé), le PTSM est porté par les Conseils Territoriaux de Santé (CTS) et leurs Commissions Spécialisées en Santé Mentale (CSSM). En Savoie, la coordination est assurée par le Centre Hospitalier de la Savoie (CHS). Des groupes de travail réfléchissent sur : L'accès au soin, les urgences, la prévention et la gestion de crises, la prise en charge somatique, l'accès aux droits et aux accompagnements sociaux et médico sociaux, l'éducation à la santé, l'aide aux aidants et la prévention.

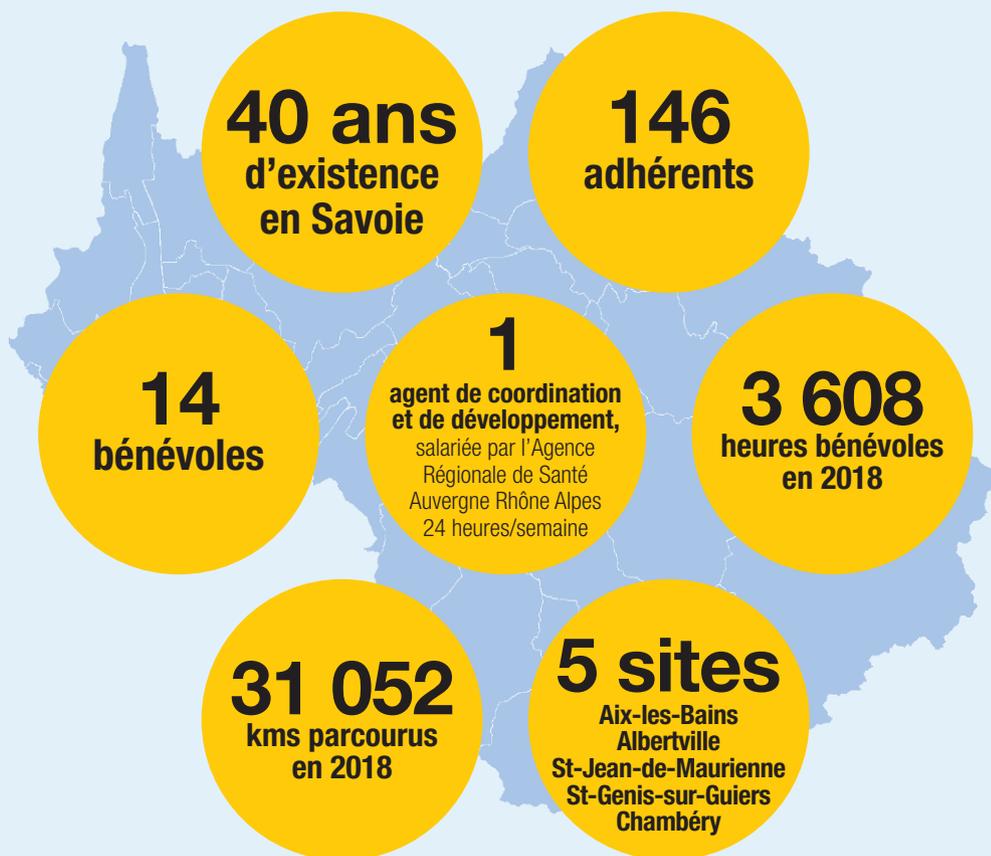
L'UNAFAM s'implique également dans la **RÉPONSE ACCOMPAGNÉE POUR TOUS (RAPT)**.

C'est une démarche nationale dont l'objectif est de permettre à toute personne en situation de handicap de trouver des solutions d'accompagnement à ses besoins et à ses choix de vie (voir rapport Piveteau "zéro sans solution" : *"le devoir collectif est de permettre un parcours de vie sans rupture, pour les personnes en situation de handicap et leurs proches"*). Autre objectif : le **PROJET ASSOCIATIF 2017/2022** pour "une citoyenneté pleine et entière des personnes vivant avec des troubles psychiques et la reconnaissance du rôle essentiel de leur entourage".

Annick ORSO - Déléguée départementale

Le territoire : **432 716** habitants

Nombre de familles confrontées aux troubles psychiques :
12 982*



Devenir bénévole à l'UNAFAM de la Savoie c'est **avoir envie d'aider** comme on a été aidé soi-même et d'accepter de **se former** à l'UNAFAM !

*d'après le calcul de l'O.M.S (3% de la population)

Sensibilisation

CHS - Soignants
CMP - Albertville
CMP - Bourg-Saint-Maurice
CMP - Moûtiers
Greta
Respect 73-Travailleurs sociaux
Délégation territoriale Aix-les-Bains

Accueil écoute

Téléphone
Niveau national "écoute famille" : 01 42 63 03 03
E-mail : ecoute-famille@unafam.org
Niveau départemental : 09 66 87 91 54
E-mail : 73@unafam.org

Rendez-vous

Aix-les-Bains : MDA - 25 Bd des Anglais
Albertville : MDA - 21, rue Georges Lamarque
Chambéry : MDA - 67, rue St François de Sales

Permanences :

Chambéry : MDU - CHS Bassens
St Génix sur Guiers : MRS - 77, rue du Collège

Rencontres conviviales familles/professionnels

Lieu d'échange et d'information sur différents thèmes.

Troubles Psychiques

Une journée

Aider à comprendre la maladie et apprendre à accompagner son proche malade

Ateliers d'Entraide Prospect

Trois jours

Faire face dans la durée à la maladie psychique d'un proche

Forum

Forum rentrée des associations Chambéry et Albertville
Foire de Savoie
Village Information Prévention et Santé organisé par la CPAM de Savoie

Mieux communiquer avec son proche bipolaire

Deux jours

Groupe de parole

Lieu d'échange et d'écoute des proches vivant en grande proximité avec des personnes souffrant de troubles psychiques, animé par une psychologue et une bénévole.

Groupe famille : Aix-les-Bains, Albertville, Chambéry

Groupe fratrie : Chambéry

Mécénat de compétence

Le mécénat de compétence, une ressource utilisée par des associations dont l'UNAFAM Savoie.

Mécénat de compétence : mise à disposition ponctuelle et gracieuse d'un salarié, à une association d'intérêt général à vocation culturelle, sociale, humanitaire.

Ainsi, l'opérateur ORANGE propose à ses employés des aménagements de fin de carrière comportant des mises à disposition dans des associations reconnues d'utilité publique.

Dans ce cadre l'UNAFAM Savoie accueille depuis janvier 2018 et pour 19 mois Jean-Claude Pizzin, salarié d'ORANGE. Il apporte soutien et perfectionnement dans l'utilisation des outils numériques ; il contribue à la communication et gère les pages du site Internet www.unafam.org/73.

Troubles Obsessionnels Compulsifs (TOC)

A partir de la conférence de Mme Martine BOUVARD, professeure de psychologie clinique
A l'université de Savoie Mont-Blanc

1. DÉFINITION DES TOCS

“Obsessions (sous forme de pensées, pulsions, images récurrentes ressenties comme intrusives), accompagnées de rituels compulsifs destinés à neutraliser l'angoisse.

Ces rituels compulsifs se caractérisent par des comportements répétitifs (par exemple : lavage), ou des actes mentaux récurrents que l'individu se sent poussé à accomplir en réponse à son obsession”.

2. CONSÉQUENCES DES TOC DANS LA VIE SOCIALE

- Perte de temps (plus d'une heure par jour)
- Atténuation du fonctionnement social dans les domaines privé et professionnel.

3. CATÉGORIES DE TOC

On distingue :

- **Les laveurs** : nettoient en permanence leurs corps, vêtements, les objets à manipuler , par peur de la contamination.
- **Les vérificateurs** : ont peur en permanence d'avoir oublié quelque chose et vérifient sans arrêt si tout est en ordre : maison ou voiture fermées, compteurs de gaz, d'électricité, etc.
- **Les ruminants** : accablés par des pensées blasphématoires ou insensées ou encore par la peur permanente qu'il arrive malheur à un proche ; ils sont poussés par exemple à réciter une prière pour conjurer la mauvaise pensée, ou à regarder obsessionnellement l'image de son proche en bonne santé pour se rassurer.

4. LE SOIN

Le modèle comportemental

Partant de l'hypothèse que l'obsession normale devient pathologique en raison de mécanismes perturbés de l'**habitude**, la thérapie comportementale consiste à exposer le sujet aux situations qui l'obsèdent (*in vivo* ou en imagination) en l'empêchant d'effectuer la réponse ritualisée habituelle, afin de l'accoutumer à abandonner ses rituels et de créer une nouvelle habitude. En cas de plusieurs obsessions anxiogènes, commencer par la moins forte pour aller progressivement vers la plus forte, en ne traitant qu'une situation anxiogène par séance. Ne passer de l'une à l'autre que lorsqu'on a constaté que la première a diminué.

NB - *Ce qui est important c'est que le patient ne se sente pas submergé par l'angoisse, qu'il se sente l'envie de recommencer. L'habitude vient au fil de l'exposition.*

Prescription de consignes à appliquer à domicile, entre les séances (par ex. : attendre le repas pour se laver les mains). En général ce protocole de soin comprend entre 20 et 25 séances à un rythme variable.

Le modèle cognitif

Le but de cette thérapie n'est pas d'empêcher le sujet ayant un TOC d'avoir des idées intrusives, c'est de lui apprendre à ne pas les neutraliser par un rituel et d'assouplir les postulats dysfonctionnels, c'est à dire de l'aider à modifier les pensées automatiques associées aux idées intrusives :

Exemple :

Pensée intrusive : “la porte n'est pas fermée à clé” génère chez le sujet TOC une pensée conséquente **automatique** “si un voleur venait, je serais entièrement responsable”.

Engager avec lui une discussion de type socratique en l'amenant à **modifier** la survenue de sa pensée automatique :

- Quelle preuve ai-je de ce que j'avance ?
Chercher les arguments pour / les arguments contre
- Évoquer d'autres interprétations, les lister, établir des degrés de probabilité en les hiérarchisant
- Chercher le thème commun à toutes les pensées automatiques.

Le protocole comprend environ 20 séances et s'applique aux patients ayant au moins 10 ans.

Bibliographie

BOUVARD M. (2006) - Les troubles obsessionnels compulsifs. Paris : Masson (2^e édition)
COTTRAUX J. (1998) - Les ennemis intérieurs : obsessions et compulsions. Paris : Odile Jacob.
SAUTERAUD A. (2000) - Je ne peux pas m'arrêter de laver, vérifier, compter. Paris : Odile Jacob.

> Consultation à l'université de Savoie
Site universitaire de Jacob Bellecombette - Tél. : 04 79 75 85 29
Courriel : secretariat.consultation-psychologique@univ-smb.fr

Le Rétablissement

à partir de l'intervention orale du Dr Anaïs CHERON, psychiatre
Assemblée annuelle de l'UNAFAM 73 du 1/06/2018

C'est un changement de prise en charge médicale (une "révolution philosophique").

Il ne s'agit plus seulement de guérir, soulager et stabiliser les symptômes mais de considérer la personne comme compétente à construire son projet de vie.

Les 5 étapes du Rétablissement :

Actuellement, les 5 étapes du rétablissement identifiées (Andresen, 2003) portent les noms suivants et sont décrites dans ce qui suit (Favrod et Maire, 2012) :

Cheminement particulier à chaque individu exigeant une participation active

1. Moratoire : sentiment de désespoir "Je n'y crois plus"
2. Prise de conscience : "Tout n'est pas perdu, une autre vie est possible"
3. Préparation : bilan des faiblesses et des forces (outil Eladeb) "Qu'est ce que je peux faire ?
Début des efforts d'acquisition des compétences pour y arriver"
4. Reconstruction : travail actif pour reprendre sa vie en main "Qu'est-ce qui est vraiment important pour moi dans la vie" ? "Que voudrais-je faire si je n'avais pas tous ces problèmes" ? "Que pourrais-je faire aujourd'hui qui aille dans ce sens" ?
5. Croissance : mener sa vie (autogestion de sa maladie – résilience – image de soi positive)



Informations et réflexions sur le déni dans les maladies psychiques

Le déni c'est le refus de reconnaître l'existence de la maladie, c'est aussi le refus de reconnaître une réalité extérieure considérée comme traumatisante et inacceptable. Cette situation de déni jusqu'à l'acceptation de la maladie et de ses conséquences peut durer de nombreuses années et cette acceptation peut ne jamais se produire.

Les causes du déni :

Certains pensent que le malade qui se protège de la réalité en la refusant se mobilise alors pour lutter contre les effets délétères de la maladie... le déni serait alors un mécanisme de défense permettant de s'adapter progressivement à une réalité jugée intolérable.

Les conséquences du déni :

Le refus de soins et l'abandon presque systématique du traitement ...

> **Bibliographie : "Comment faire accepter son traitement au malade" - Xavier AMADOR**



Troubles psychiques et déni : pourquoi ? Peut-on s'en sortir ?

**A partir de la conférence du Dr Céline ROUSSEL, psychiatre au CH Annecy-Genève
Responsable du Centre Départemental de réhabilitation Psychosociale des Glières à la Roche sur Foron**

Est pointé, en tout premier lieu, le défaut d'"insight" (connaissance intuitive de soi-même). Mais le déni peut avoir des causes plus larges et se rencontre dans toutes sortes de pathologie, qui sont autant de mécanismes de défense du patient : déni de la gravité du mal, méfiance à l'égard des traitements. Cette subjectivité est corrélée à des facteurs idéologiques : positions philosophiques, rôle de la religion, du sacré, etc. qui conduisent le malade à construire un modèle personnel distinct de celui de la médecine.

En psychiatrie, ces phénomènes sont renforcés par un déficit des habiletés métacognitives qui empêchent le malade d'avoir des représentations cognitives appropriées.

Ces déficits sont liés à un fonctionnement altéré du cerveau en ses différentes composantes (thalamus, cortex primaire, préfrontal, hippocampe, amygdale, etc.).

Les protocoles de réhabilitation psychosociale peuvent contribuer à combattre le déni et à améliorer les compétences sociales, notamment par un entraînement à la remédiation cognitive et sociale. L'insight peut-être amélioré par des entretiens motivationnels (4 à 6 séances peuvent faire progresser l'insight pendant 18 mois) dont les modalités sont évoquées : écoute réflexive, création d'une relation de confiance fondée sur l'empathie, ne donner de conseils qu'en réponse à des sollicitations (technique E.M.E.N.C.E.D)¹. Les entretiens peuvent faire passer de la posture "j'ai pas de problème" à "j'ai peut-être un problème" et à stimuler le passage à l'action.

Ce type de thérapie passe par une formation plus large du personnel et de la famille².

Pour conclure : le dépassement du déni pour aller vers le soin et la réhabilitation sociale passent par un lien entre la conscience des troubles, les fonctions cognitives et exécutives, et la régulation des émotions.

Marie-Jo Derive

¹ **E**coute réflexive, **M**anifester son Empathie, **N**e jamais donner aucun conseil s'il n'a pas été sollicité, **C**onsidération pour l'autre, **E**rrer (reconnaître qu'on peut se tromper), **D**iplomatie.

² La formation Profamille existe en Savoie depuis deux ans grâce au Centre Hospitalier de la Savoie.

Partage de lecture

Dans son ouvrage **“Les soldats de la honte”** (édition poche Tempus-Perrin 2013), Jean-Yves Le Naour rend justice aux poilus de 14/18 et plus particulièrement aux centaines de milliers qui ont développé des blessures psychiques. En 1914, un soldat doit être courageux et viril. Il ne peut être atteint de folie, maladie honteuse attribuée prioritairement à la gent féminine (hystérie/utérus).
“Il n’est pas question de reconnaître que la guerre rend fou” et “Il faut éviter la contagion psychique”.



Les médecins sont priés de rechercher des causes organiques et de détecter lâches et simulateurs, “embusqués du cerveau”, qui fuieraient le front et tenteraient d’obtenir réforme et pension.

Durant 4 ans ils vont s’affronter autour “des blessés sans blessures” :

- Obusite (affection organique provoquée par le souffle d’une explosion) ou choc émotionnel ?
- Envoi du soldat à l’assaut, maintien au plus près du front, ou repos à l’arrière ?
- Méthodes “brusquées” ou compassion ? (Freud est alors considéré comme un imposteur austro-boche).

C’est Baptiste Deschamps (1881/1953) qui va provoquer “l’affaire Dreyfus médico-militaire”, car son procès en 1916, au delà du monde médical, va diviser l’opinion et les médias de l’époque. Ce zouave, paysan de la Vienne, a eu une altercation avec le Dr Vincent, neurologue et a refusé son traitement dit de “torpillage électrique” consistant à infliger une douleur physique pour supprimer la souffrance psychique.

Deschamps échappe de peu à la peine de mort, écope de 6 mois de prison avec sursis, est orienté en cure thermale à Aix-les-Bains puis hante les hopitaux jusqu’en 1920, date de son retour au foyer. Il est amnistié en 1921 et une pension d’invalidité lui sera attribuée en 1926. Les militaires atteints de “psycho-névrose” obtiendront difficilement des pensions ou à des taux très bas car ils ne sont pas “des blessés comme les autres”. La société de neurologie acceptera de reconnaître un taux de 50 à 100 % pour la démence et 10 à 40% pour les psychoses intermittentes.

Pour mémoire :

- Aux USA en 1980 l’état de stress post-traumatique apparaît dans le DSM pour légitimer les souffrances des vétérans du Vietnam
- En France les décrets de 1992 et 2016 déterminent les règles et barèmes des troubles psychiatriques de guerre

Pour prolonger la lecture :

- “Vies tranchées”, Hubert Bieser, BD, édition Delcourt 2012 (soldats de 14/18 à l’asile de Ville-Evrard)
- “Sans blessures apparentes”, Jean-Paul Mari, édition Laffont 2008 (traumas psychiques des guerres modernes)
- Faire une visite au cimetière du CHS de Cadillac (Gironde) pour voir le carré militaire “des mutilés du cerveau”

ZICOMATIC un autre regard sur le handicap

L'association ZICOMATIC a pour but de lutter contre l'isolement des personnes en situation de handicap ; elle propose des projets culturels pour ces personnes, tous handicaps confondus, adultes et enfants.

Elle a permis à des personnes en situation de handicap psychique de s'exprimer à travers des enregistrements (rap – slam) et des vidéos sur YouTube.

Le festival savoyard REG'ARTS organisé chaque année, a pour objectif de récolter des fonds pour financer des projets culturels et permet également à des personnes en situation de handicap de partager la scène avec des artistes locaux et nationaux reconnus. Ce festival est un moment magique de joie et de partage.



Association ZICOMATIC
3 places des fées - 73490 La Ravoire
Tél : 0664167677
Web : www.zicomati.net

Extrait de "schizo libre" enregistré par Alexis Locas avec Clément Dumon, président de l'association.

“Un rap style psychiatrique sur une instru magnifique mais pourvu que ça serve de déclic. Il y a des bons et des mauvais comme partout, mais d'est souvent les mauvais qu'on retient lorsqu'on est au fond du trou. La sérénité aujourd'hui j'ai retrouvé et de cette direction j'espère ne jamais m'écarter, témoigner pour toutes des personnes enfermées, que ce soit la première fois ou pas, j'estime qu'on a tous le droit à un bon repas. Tu crois que c'est pas assez dur comme ça, de l'autre côté de cette barrière c'est sûrement plus facile pour toi. Un jour j'espère que tout ça tu reconnaitras comme ça tu pourras te mettre à ma place, dans mon mal-être que personne ne voit et ne croit car ces choses là ça s'imaginent pas. Reprendre le contrôle de sa vie est une profonde envie lorsque notre trajectoire dévie, dans ces cas là deux choix s'imposent à toi entre vouloir s'évader ou bien alors se résigner et continuer jusqu'au dernier cachet. Moi je pense qu'il faut simplement vouloir se soigner mais pour cela il ne faut surtout pas tricher, comme ça, comme les oiseaux tu auras ta liberté.

Une note de rap, un handicap, une soupape, tu passes le cap, chante, crie, éclate ce qui t'échappe, les mots d'Alex nous frappent et claquent.”

Les ouvrages édités par l'UNAFAM

- Handicap psychique TOME 1 : Ressources & logement
- Handicap psychique TOME 2 : Protection-Patrimoine
- Comment aider un proche malade psychique confronté à la justice pénale ?
- L'Indispensable
- Petite oursonne et son papa
- Comment aider mon enfant ?
- Mais qu'est-ce qu'ils ont nos parents ?

GUIDES :

- Votre adolescent vous inquiète ?
- Comment soigner son adolescent ?
- Etre parents d'adolescents aujourd'hui

À lire

ROMANS :

- **“Les rêveurs”** (déchirures de l'enfance et de l'adolescence, “renaître” grâce au théâtre)
Isabelle Carré - Ed Livre de poche - 2018
- **“La vérité sur Alice”** (harcèlement et adolescence)
Jennifer Mathieu - Ed Pocket Jeunesse - 2016

BD :

- **“Goupil ou face”** (comment apprivoiser sa cyclothymie)
Lou Lubie - Ed Flammarion - 2016
- **“Mon père, ce povrot”** (contre les préjugés sur l'alcoolisme)
Louis et Daviet - Ed grand Angle - 2019

ESSAI :

- **“Psychiatrie, l'état d'urgence”**
(1^{ère} grande enquête sur l'état de la psychiatrie française)
Marion Leboyer et pierre Michel Ilorca - Ed Fayard 2018

Psychique Infos 2019

Responsables de la publication : Annick Orso et Chaké Sahaguián

Ont participé à l'élaboration de ce numéro : les bureaux d'ESPOIR 73 et de l'UNAFAM Savoie

Coordination : ESPOIR 73, siège administratif

Réalisation : tribu - Impression : Imprimerie de Savoie - APEI de Chambéry - Photos : X - Fotolia

ESPOIR 73

Zone Artisanale ALPESPACE - Bâtiment le MAKALU

15 voie Saint Exupéry - 73800 FRANCIN

Tél. : 04 79 25 09 75 - www.espoir73.fr

Mail : secretariat.siege@espoir73.fr

Les Glycines

211 Rue du bain Henri IV - 73100 Aix-les-Bains

04 79 35 58 29 - Mail : les.glycines@espoir73.fr

Résidence Denise Barnier

80 Boulevard de la Roche du Roi - 73100 Aix-les-Bains

04 79 88 05 51 - Mail : secretariat.rdb@espoir73.fr

Le Chardon Bleu

260 Chemin de la Charrette - 73200 Albertville

04 57 96 10 02 - Mail : secretariat.chardonbleu@espoir73.fr

ESAT Le Habert

Epervay - La Plagne - 73670 Entremont le Vieux

04 79 26 20 50 - Mail : info.lehabert@espoir73.fr

ESAT SATREC

300 Avenue Louis Armand - 73490 La Ravoire

04 79 70 46 70 - Mail : cindy.berthe@espoir73.fr

UNAFAM

Au niveau national

Service “Ecoute Famille” : 01 42 63 03 03

Mail : ecoute-famille@unafam.org

Du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 18h (vendredi 17h)

En Savoie

Accueil téléphonique : tous les jours au 09 66 87 91 54

Mail : 73@unafam.org

Les G.E.M Groupes d'Entraide Mutuelle, lieux conviviaux, accueillant les personnes en situation de fragilité et leur permettant de rompre leur isolement.

GEM L'Oasis

266 chemin des Moulins - 73000 Chambéry

04 79 75 69 97 - Mail : gem.oasissavoie@orange.fr

GEM Horizon 73

219 avenue Marie de Solms - 73100 Aix-les-Bains

04 57 34 50 17 - Mail : gem.aixlesbains@yahoo.fr - www.gem-horizon73.fr

GEM Renaissance

10 rue Pargoud - 73200 Albertville

04 56 10 30 05 - Mail : gem.renaissance@gmail.com

GEM Rebond 73

266 rue de la République - 73300 St-Jean-de-Maurienne

04 56 96 37 15 - Mail : gem.rebond73@gmail.com

