

psychique infos

La lettre d'information de l'UDAFAM Savoie et de l'UNAFAM 73



Anniversaire des 10 ans de la loi du 11 février 2005

Pour fêter cet anniversaire l'Unafam organise à Paris un colloque le 25 juin. A cette occasion nous nous sommes posé quelques questions auxquelles nous avons essayé de répondre ici et que vous pourrez largement compléter notamment en nous communiquant les points sur lesquels il nous faut absolument avancer.

Février 2015 - N°8

Sommaire

Edito p.1

UDAFAM Savoie p.2

- L'association p.2
- AG de l'UDAFAM Savoie p.2
- Les Glycines p.2
- Le Habert Voyage à Madrid p.3
- Le Chardon Bleu p.4
- La Chaumière p.4
- Résidence Denise Barnier p.5
- Groupe d'Entraide Mutuelle p.6

SISM 2015 p.7

UNAFAM 73 p.8

- L'association p.8
- L'agenda : AG de l'UNAFAM 73 p.8
- Le livre blanc de la Savoie p.9
- Le déni dans les maladies psychiques p.10
- Troubles psychiques et addictions p.10-11
- Clinique le Sermay p.12
- ESPLOR Infos p.12

À lire, à voir et à écouter p.12

Pourquoi cet anniversaire ?

- Parce que cette loi est la loi pour l'égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées. Ce texte de 101 articles, entré en vigueur le 1^{er} janvier 2006, apporte des évolutions importantes pour mieux répondre aux attentes des personnes handicapées tout au long de leur vie : accès aux soins, scolarité, formation, emploi, accessibilité du cadre bâti, des transports, participation à la vie sociale... Il réaffirme les grands principes de solidarité, d'accès aux droits fondamentaux reconnus à tous les citoyens, et de droit à la compensation du handicap.

- Et surtout parce que cette loi reconnaît pour la première fois le handicap psychique, dans la définition du handicap¹.

Elle est l'aboutissement du long combat que l'Unafam a mené auparavant. En effet le livre blanc publié par l'Unafam en juin 2001 avec ses partenaires usagers et soignants, destiné aux élus, avait pour objectifs de :

- faire exister le handicap psychique, conséquence de diverses maladies mentales
- proposer un accompagnement en 6 éléments liés entre eux, des personnes confrontées à des troubles psychiques dans la cité :
 - les soins proprement dits
 - les ressources
 - l'hébergement dans la cité
 - l'accompagnement social à domicile et les clubs pour maintenir un minimum de lien social
 - si nécessaire la protection juridique (curatelle, tutelle)
 - si possible l'insertion par une activité

et toujours de **faire changer le regard** du grand public sur les troubles psychiques.

Ce que cette loi a changé pour nos proches malades et leur entourage (nous ne relevons que quelques aspects) :

- la création des MDPH (Maisons Départementales des Personnes Handicapées) et surtout pour nos proches la possibilité de percevoir l'AAH, Allocation d'Adulte Handicapée et les prestations de compensation.
- la création des GEM (Groupes d'Entraide Mutuelle)², financés par l'Etat, dont la mission est d'assurer l'accueil et l'écoute de personnes en situation de fragilité psychique et qui sont un outil d'insertion sociale et de lutte contre l'isolement permettant à la personne accueillie d'être reconnue comme citoyen à part entière.
- la création d'une dynamique nouvelle en faveur de l'accessibilité de "tous à tout". Deux aspects ont particulièrement été mis en avant lors de la rédaction de cette loi :
 - l'accessibilité "de tous" en prenant en compte tous les types de handicap,
 - l'accessibilité "à tout" en développant le thème de la continuité du déplacement depuis la voirie jusqu'au cadre bâti en passant par les transports. Cela a créé beaucoup de contraintes pour la mise aux normes de l'ensemble des bâtiments publics qui sont loin, dix ans après, d'avoir tous appliqué cette loi - d'où le fort mécontentement justifié et exprimé dans des manifestations de toutes les associations concernées par le handicap physique à l'occasion de cet anniversaire. Par ailleurs ces dispositions concernant le bâti ont obligé l'UDAFAM à intégrer ces nouvelles normes dans leurs nouveaux établissements comme le Chardon Bleu, ce qui en a retardé l'aboutissement. Il n'empêche que la dynamique de l'accessibilité est lancée et qu'il semble heureusement difficile de faire marche arrière.

Ce qu'il faudrait encore changer

Là, la liste est longue et dépend de l'expérience de chacun et nous comptons sur vous tous, familles, amis ou personnes subissant au jour le jour la maladie psychique, pour nous faire parvenir vos priorités pour améliorer ce parcours difficile qu'elle impose.

Pour commencer cette liste, à la lumière de ce que nous réclamons à l'Unafam 73, je dirai :

- la mise en œuvre réelle par l'ARS (Agence Régionale de Santé) de la loi de 2011 qui prévoyait l'organisation des urgences psychiatriques : en cas de crise, Qui appeler ? Qui assure le transport ? Qui se déplace ? La situation de crise d'un proche est l'une des souffrances les plus douloureuses auxquelles nous les familles, comme tout aidant, devons faire face. Rien n'a été fait en Savoie !
- L'accompagnement personnalisé de la personne souffrant de troubles psychiques tout au long de son parcours pour une meilleure insertion dans la cité et dans l'emploi si elle le peut.

A vous de continuer avec nous pour que cet anniversaire soit certes l'occasion d'un bilan mais surtout une force de propositions, de toutes vos propositions sur des points précis qu'il est indispensable d'aborder et que vous nous ferez parvenir en utilisant le moyen qui vous convient le mieux : mail, courrier, téléphone. C'est ensemble que nous pourrons faire changer les choses

Merci à tous !

Michel HUGUEL

Président de l'UDAFAM Savoie

Marie-Jo DERIVE

Présidente de l'UNAFAM 73



UDAFAM
Savoie

Soutien aux malades psychiques et à leur famille

¹ "Constitue un handicap, au sens de la présente loi, toute limitation d'activité ou restriction de participation à la vie en société subie dans son environnement par une personne en raison d'une altération substantielle durable ou définitive d'une ou plusieurs fonctions physiques, sensorielles, mentales, cognitives ou psychiques, d'un polyhandicap ou d'un trouble de santé invalidant" (titre 1^{er}, article 2-L.114).

² Circulaire du 29 août 2005.

AG de l'UDAFAM Savoie

L'assemblée générale se tiendra
le 24 avril 2015 à partir de 16h00
à la salle Gonrat à Bassens.

L'association UDAFAM Savoie (association loi 1901) existe dans sa forme actuelle depuis mars 1993.

Son siège social est domicilié :

Domaine de la Livettaz

90 avenue de Bassens - 73000 Bassens

Tél. : 04 79 25 09 75

www.udafamsavoie.fr

Elle a pour objet de mettre en œuvre, sur le territoire de la Savoie, les moyens susceptibles de favoriser l'amélioration de l'état et des conditions de vie des personnes sujettes à des troubles psychiques, notamment par la création et la gestion de structures appropriées.

Etablissement foyer de vie "La Chaumière"

Route du Revard

73100 Pugny Chatenod

Nombre de places : **25 résidents accueillis**

Etablissement "Les Glycines"

11 rue du bain Henri IV

73100 Aix-Les-Bains

Nombre de places : **6 locataires**

Etablissement "Le Habert"

ESAT agricole en montagne et Foyer d'hébergement
La Plagne

73670 Entremont-le-Vieux

Nombre de places : **35 ouvriers en ESAT
et 29 résidents en foyer**

Etablissement "Le Chardon Bleu"

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

260 Chemin de la Charrette

73200 Albertville

Nombre de places : **27 en foyer de vie,
16 en FAM et 5 en accueil de jour**

Parrainage des GEM's :

GEM Horizon 73 à Aix-les-Bains

219, avenue Marie de Solms

73100 Aix-les-Bains

Tel. fixe : 04 57 34 50 17

Tel. portable : 06 43 01 75 66

Email : gem.aixlesbains@yahoo.fr

Site internet : www.gem-horizon73.fr

GEM Renaissance à Albertville

21, rue des fleurs

73200 Albertville

Tel. portable : 06 51 74 05 93

Email : gem.renaissance@gmail.com

GEM Rebond à Saint-Jean-de-Maurienne

Centre Louis ARMAND

Place du Champs de Foire

73600 Saint-Jean-de-Maurienne

Tel. Portable : 06 72 08 71 76 (Présidente)

Si on vous parlait des Glycines...

Nous avons choisi de partager cette année avec vous quelques textes et témoignages qui sont le fruit de nos ateliers d'expression écrites autour du thème : **"mais qu'est-ce qui se cache derrière "Les glycines ?"** et pour vous éclairer rapidement nous avons surligné quelques mots clés.

"...Les glycines sont des jolies fleurs grimpantes qui ornent les grillages. Leur couleur mauve se marie avec le printemps. Les Glycines, c'est aussi le nom donné à une **charmante résidence** située au cœur d'Aix-les-Bains..."

"...c'est un **lieu de vie adapté** à des personnes qui ont des problèmes de santé avec des encadrants qui sont là pour les suivre tout au long de leur parcours avec **des projets et activités en lien** avec le personnel infirmier du CMP pour que les résidents prennent en charge leur soin. Le projet de chaque résident est **différent**..."

"...Les Glycines permettent d'**apprivoiser l'autonomie**..."

"La spécificité des Glycines est d'**accompagner et construire** des projets personnels et collectifs pour des personnes ayant des troubles psychiques et si possible de cheminer vers un appartement autonome..."

"...Les Glycines, c'est un **accueil et accompagnement qui varient** selon les personnes et qui permet d'**évoluer** avec un objectif d'autonomie à la vie active après une période de maladie et difficultés..."

"Les Glycines, c'est aussi **une équipe** constituée d'une éducatrice spécialisée, d'un animateur, maître de maison, d'une psychologue, d'autres professionnels extérieurs, dont les infirmières du CMP et bien d'autres qui participent activement à notre mission d'accompagnement et d'insertion. Cette équipe élargie est encadrée par un directeur, qui par sa confiance et bienveillance, permet à chacun de trouver sa place et d'évoluer."

Nous avons recueilli également des témoignages de professionnel et locataire :

"...par les différentes activités proposées par les Glycines, j'ai repris peu à peu confiance en moi si bien que je suis en formation de secrétariat bureautique. Je pense que les Glycines jouent un rôle prépondérant dans la réinsertion sociale d'une personne souffrant psychologiquement..."

Valérie

"Les Glycines, c'est pour moi un travail. Je veille à l'organisation matérielle et à la vie quotidienne de locataires en lien avec l'éducatrice spécialisée. En tant qu'animateur, je propose un planning d'activités et sorties en concertation avec les personnes accueillies et d'autres associations..."

Frédéric

Et quoi de neuf en 2014, 2015 ?

- Deux locataires des Glycines sont parties pour vivre dans un appartement individuel.
- Nous avons accueilli deux nouveaux locataires.
- Nous avons travaillé à l'évaluation interne en équipe suivie d'une évaluation externe par le cabinet Socrate.
- Cette année 2015, un projet de sortie pour un appartement est prévu dans les mois prochains.
- Une commission d'admission sera organisée dans les mois prochains.

Et bien d'autres projets à venir !

Nous espérons par ces écrits vous éclairer sur la mission de cette résidence dite "expérimentale". Tout un programme ! Nous sommes disponibles pour d'autres renseignements ou pour le partage de projets.

Nous avons eu du plaisir à écrire et échanger ensemble. Nous vous ferons partager d'autres écrits si vous le souhaitez dans un livret animation.

Témoignages

Un projet de travail collectif à la résidence "Les Glycines"

Animateur, maître de maison aux Glycines depuis plus d'un an, j'ai impulsé un projet de travaux au sous-sol de la résidence afin de l'utiliser comme "salle de sport". C'est le projet initial qui peut évoluer à la demande des locataires. L'intérêt est de les mobiliser autour d'un projet de travail collectif. Le défi est réussi ! Bien sûr, ce n'est pas encore complètement achevé, le travail est énorme. Ils se sont investis complètement même un jour férié ! Je les félicite et les encourage à renouveler cette expérience. C'est avec joie que je les accompagnerai encore. Je leur laisse "la plume" :

"Un jour férié pas comme les autres..."

Suite à un bilan médical individuel, nous avons conclu que l'activité physique régulière était nécessaire pour notre Santé. Après un échange, avec l'animateur de la résidence, Frédéric, nous avons décidé d'aménager le sous-sol avec le projet d'aménager cette "cave" en salle de sport. C'est un lieu pratique, car accessible à tous. Cet endroit n'a jamais été utilisé. La tâche était grande ! Ce sous-sol était humide et les murs et le plafond s'effritaient. Nous avons passé un enduit qui désormais isole l'humidité de l'extérieur, puis nous avons ajouté du crépit et enfin une couche de peinture. De longues heures de travail dans la poussière et l'humidité... Le revêtement sol s'est posé rapidement après. Bien sûr, il reste à trouver une solution de chauffage, du matériel de sport et d'embellissement général.

Lors d'une sortie découverte du jeudi, nous avons fait connaissance avec une association "la recyclerie" qui propose des objets à prix très intéressants. Nous avons déjà acheté deux vélos d'appartements.

Nous voilà prêts pour la remise en forme !

Le Habert... voyage à Madrid

"Bonjour,

Le voyage à Madrid a fini avant même d'avoir commencé tant le temps a passé vite...

Tout d'abord, nous nous sommes levés tôt le vendredi matin pour le voyage jusqu'à l'aéroport de Genève, direction Madrid, puis le métro pour nous rendre à notre hôtel. On s'installe et on choisit notre lit. Nous nous reposons un peu ensuite.

Dès le samedi, nous visitons Madrid à pied, et en métro. Il fait beau et la ville est belle. Entre deux restos, nous admirons le palais royal (on a même pris des photos). Nous parcourons ensuite la grande place située entre le palais royal et une église qui est très belle. En fait, tout est beau dans la capitale espagnole.

A noter que le samedi soir, nous nous sommes rendus au stade Santiago Bernabeu pour voir le Real Madrid jouer, avec Benzema notamment. C'était un très beau spectacle, avec un score de 5 buts à 1 pour le Real.

Personnellement, j'ai même dégoté un drapeau espagnol dans les travées à la fin du match.

J'insiste sur le fait que les repas que nous avons pris aux différents restos étaient très bons, comme les paellas par exemple, ou le jambon au melon.

Notez que nous avons profité du grand parc de Madrid avec un magnifique plan d'eau (des barques y circulaient), et de beaux spectacles de Guignol façon madrilènes.

D'ailleurs, c'est ce même samedi soir que l'hôtel où nous logions organisait une "boom", avec une super musique et du monde sur le dance-floor.

Le dimanche matin, nous avons visité un marché de rue à deux pas de l'hôtel où nous logions et nous avons fait nos petites emplettes. A midi, le repas que nous prenons dans un resto tient à nouveau ses promesses.

En tout cas, David nous a bien aidés pour nous faire comprendre auprès des restaurateurs avec sa connaissance de la langue espagnole. L'après-midi, nous nous promenons à nouveau dans les rues de Madrid. La soirée est dédiée à la préparation des bagages pour le départ du lendemain matin, mais nous avons tout de même le temps de nous faire une soirée resto.

Le lundi, nous nous réveillons à potron-minet et nous repartons vers la France le cœur léger avec la tête pleine de souvenirs.

PS : nous avons fait pas mal de photos et des selfies à Madrid, dont quelques-unes avec des gars déguisés en alien et autre prédateur !"

Cédric



"Nous sommes partis d'Entremont le vendredi 7 novembre pour passer quelques jours à Madrid. Nous avons pris l'avion à Genève à 7h, et atterri à 9h35 à Madrid.

A midi, nous sommes allés manger dans un restaurant où j'ai pu manger des plats comme paëlla, charcuterie, poissons et pâtisserie locale.

L'auberge de jeunesse m'a plu, on était logé dans un dortoir tous ensemble.

Le lendemain, nous sommes allés voir le match du Real, j'ai bien aimé. C'est un grand stade avec beaucoup de monde. J'ai ramené un maillot du Real.

Nous nous sommes baladés dans Madrid et avons fait les magasins. Nous avons vu des marchés et des monuments.

Pour le retour, nous sommes partis en avion à 10h et arrivés à 12h pour rentrer à Entremont.

J'ai bien aimé ce séjour et remercie LE HABERT."

Sébastien

Poème

Croire en la vie c'est croire en l'espoir
Croire en sa chance c'est d'y croire
Croire en sa fierté c'est ne pas croire en son parler
Croire en ses erreurs c'est inscrit dans sa mémoire
Croire en son démon c'est ne pas pouvoir croire
Croire en son ange c'est le mériter
Croire en son imagination c'est créer
Croire en ce monde c'est l'unité
Croire en le partage et ses bonnes actions c'est héroïque
Croire en soi c'est ce qu'il y a de plus chic
Croire en l'espoir c'est avoir du cœur

Croire en l'homme c'est en avoir sur le cœur
Croire en l'amour et l'amitié c'est se connaître par cœur
Croire en l'avenir c'est faire des choix
Croire en son don être le roi
Croire en son étoile c'est avoir la foi
Croire en son bonheur c'est être fier de soi
Croire en sa famille c'est ce qu'il y a de mieux
Croire en ses vœux c'est être maître du jeu
Mais croire en quelqu'un qui contrôle ce n'est pas le meilleur
car le proverbe vous connaissez par cœur.

Benjamin

Au Habert ...

Au Habert,
Sans aucun verre,
Ils te prennent à l'envers,
Ils te reprennent à revers,
D'où ces quelques vers,
Que j'écris en plein air.

Auparavant, au Cotagon,
Nous avançons, chacun à notre façon,
Loin des faux jetons, loin des cons,
D'où mon inspiration,
Réagissons,
Pour que cette structure de réinsertion ait une distinction.

Maintenant au Habert,
On me fait faire ces vers
Dorénavant sans impair,
A l'abri dans mon repère
Même si cela va de pair
Je reprends doucement mes repères.

Avant j'étais immature,
Mais maintenant en pleine nature,
Dans ces dernières structures,
Remplies dedans dehors de verdure,
Mon esprit, loin d'être en or perdure,
Et je me sens plus mature.
De néant en survie,
De pas de géant je vais dans la vie,
D'avancer, ne plus reculer j'ai envie,
Même si je sais que la vie c'est pas le Monopoly,
Même si je rate quelques pénalités,
Je suis dans la reality.

Quand on a des maladies comme les nôtres,
On a du mal avec les autres car comme disait Sartre
"l'enfer c'est les autres"
Mais on peut pas s'enfermer dans une grotte comme les apôtres,
Et puis crotte,
On est pas crotte,
On est pas mortes.

Pour bien s'accomplir,
Pour qu'on ait un bel avenir,
Quand on a connu que des soupirs,
Il faudrait sortir passer nos délires
Et devenir quelqu'un qui est tout sourire.

Avant, je te voyais partout,
Maintenant surtout,
Pour moi, pour nous,
Voilà, vu que tu es un voyou,
Tu n'es plus parmi nous,
A cela je n'ai rien à ajouter c'est tout.

Dans la vie faut faire des compromis,
Mais à mon avis,
Sans préavis,
Même si je n'y pense pas à mon avis,
Tout ce que vous avez dit,
M'a servi et j'oublie mes soucis.

Parfois,
Quand je pense à toi,
Je me dis pourquoi tu n'es pas là,
Auprès de moi,
Jamais loin de moi.

Mon père,
Ma mère,
Mon p'tit frère,
Cela va de pair,
Vous me manquez,
Souvent, tous les trois,
Ma foi, c'est comme ça,
Ainsi va la vie,
Vive la vie.

Catherine - 25/01/2015 - Le Habert

La Chaumière

Thème : La psychiatrie

"La psychiatrie, me concernant, j'ai basculé dans ce secteur à l'âge de 16 ans. J'étais encore scolarisé et c'est là que ma mécanique cérébrale a commencé à se détraquer. J'ai perdu contact avec le réel pour sombrer dans la paranoïa aigue avec des délires de persécution. J'ai été soigné à l'époque au pavillon Ste Hélène à Chambéry par un médecin psychiatre qui m'a sauvé la vie. Avec l'aide des psychotropes et je lui en suis reconnaissant. Les psychotropes qui ont été trouvés peu de temps auparavant. J'ai fait aussi avec lui, une forme de psychothérapie. Il m'a soigné jusqu'à l'âge de 40/42 ans. Par contre coté nettement plus négatif et cela a été prouvé par des tests psychologiques, en l'occurrence une expertise graphologique, payée par l'entreprise pour laquelle je travaillais. Il en est ressorti que les psychotropes lourds altéraient considérablement mes facultés de raisonnement et d'assimilation. J'étais handicapé dans mon travail, une partie de mon cerveau ne fonctionnait plus. J'ai dû quitter ma vie de travailleur à 42 ans, pour être versé en invalidité. Mon dernier psychiatre avant Bassens, j'ai trouvé un super traitement adapté à mon thème dans ma maladie. Puis vint l'ère de Bassens. J'ai été soigné pratiquement la fin de mes psychoses, névroses par contre j'ai toujours des angoisses cycliques et reproductives. Lourde à porter mais pas délirant. J'ai bien apprécié et remercie le travail des médecins psychiatres. Psychiatres femmes, et avec toutes les deux, le transfert d'angoisses s'est effectué. Actuellement depuis 4/5 ans, je suis soigné par un autre médecin, efficacement, il a le diagnostic fin et précis et très marqué côté quand c'est possible de soigner avec des traitements hors psychotropes bien sûr des remèdes de la nature, de la biologie et du bio, et n'a pas d'effets secondaires et c'est appréciable. Pour conclure, j'espère avoir un confort de vie que j'ai actuellement si dieu me prête vie."

Gérard, le 30 décembre 2014

Thème : Les promenades

"Pour moi, la promenade représente la liberté et l'expansion. La promenade est le moyen de s'évader et de s'aérer grâce à elle, je trouve une façon de retrouver ma liberté. C'est aussi un moyen d'oublier les soucis grâce à elle je peux trouver mes marques. C'est un moyen de s'échapper et de se libérer la tête. Grâce à la promenade, je trouve un nouveau moyen de m'évader et de découvrir de nouveaux horizons et de paysages."

Isabelle, le 12 décembre 2014

Thème : Le chant

"Le chant me fait penser aux concerts en plein air, aux variétés, aux chorales, aux instruments de musique. Aussi à la musique de relaxation. Aux pays lointains. A la fête de la musique."

Pierre, le 29 septembre 2014



Dessin : Patrick

Le Chardon Bleu

Les participants de l'atelier "en écrivant" vous présentent un aperçu de leurs réflexions mises en page lors d'une séance. Exercice sur le Portrait chinois : choisir un élément parmi l'eau, l'air, le feu, la terre et écriture libre à partir de cet élément.

Si j'étais la terre...

Je ferais régner l'ordre et la sécurité de chacun pour que la guerre cesse dans les pays
Je ferais cesser les femmes enceintes de vendre leurs bébés en Chine
Je ferais que l'homme qu'il y a dans mon cœur m'emmène sur une île paradisiaque
Je ferais aussi savoir aux gens, qu'ils soient maigres ou gros, qu'ils doivent ne pas se sentir observés et affronter le regard des autres.
M.D.

Si j'étais l'eau...

Si j'étais de l'eau je ferais couler de la joie.
Je sentirais l'air me souffler dessus.
J'aurais de belles gouttes qui me tomberaient dessus.
Je pourrais me laisser couler sur la terre afin d'étinceler le bleu du ciel qui se reflèterait sur moi.
Audrey.

Si j'étais le feu...

Je brûlerais de toutes mes flammes.
Je sentirais des sensations de chaleur et de brûlures.
Je ferais mine de m'allumer pour tout détruire.
Si j'étais le feu, je pourrais en mourir. Ça arrêterait mes souffrances car j'en ai marre d'avoir des hauts et des bas dans ma vie.
J'aurais les sensations d'un pilote d'essai qui frôle la mort et j'aurais l'imagination en transe.
Je pourrais inventer mes choses à détruire.
C'est avec le feu évidemment que je me sens le plus fort car c'est une façon de méditer.
Nelly, Jean-Luc et Nico.

Si j'étais l'air...

Je chasserais les nuages pour faire sortir le soleil qui brûlerait en moi.
Je volerais comme un oiseau.
J'exploserais pour mieux disparaître.
Si j'étais l'air je monterais au ciel.
Si j'étais l'air, je volerais dans des poumons tout frais et j'insufflerais la vie.
Je me lancerais dans l'absolu.
Si j'étais l'air, je chanterais à tue-tête et je fredonnerais la vie.

Ecrit collectif des rédacteurs de l'atelier "En écrivant"

Résidence Denise Barnier

Vendredi 28 novembre 2014, nous avons célébré à Aix-les-Bains la pose de la première de notre nouvelle Résidence Denise BARNIER.



Ce nouvel établissement accueillera 33 résidents en chambres ou studios individuels, en fonction de leur degré de handicap et de leur projet de vie.

Les professionnels organisent un mode de vie respectant l'autonomie des personnes, entretiennent une ambiance sécurisante et valorisante pour l'image de soi, proposent des activités visant à favoriser l'intégration sociale et le maintien des capacités physiques et des aptitudes des personnes accueillies.

Chaque résident bénéficie d'un accompagnement personnalisé avec le soutien d'un référent professionnel avec qui il définit les priorités de son projet de séjour.

Le bâtiment s'élèvera sur trois niveaux et un sous-sol et se compose de 30 chambres individuelles d'une surface de 20m² et de trois studios de 30m² répartis sur deux niveaux dédiés à l'hébergement. Le rez de chaussée de la résidence sera consacré aux bureaux administratifs, aux salles d'activités, au restaurant et à l'espace café détente. Le niveau -1 sera quant à lui dédié à la technique et au service de blanchisserie. Une terrasse et quelques espaces verts seront également à disposition des personnes accueillies.



Cette future résidence portera le nom de madame Denise BARNIER avec l'autorisation de ses fils, Michel, Jean Paul et Alain.

Grande humaniste, grande combattante de la dignité humaine et des causes justes, madame Denise BARNIER s'est engagée dans la vie de plusieurs associations. Respectée et estimée, elle aura lutté toute sa vie et jusqu'au bout de ses forces en faveur des personnes en souffrance psychique en Savoie.

Fondatrice, il y a quarante ans de la section départementale de l'UNAFAM en Savoie, association qui accueille, soutient et informe les familles confrontées à la maladie.

En 1993, madame Denise BARNIER créa l'UDAFAM Savoie afin de proposer des structures d'accueil des personnes en souffrances psychiques. Elle assura la présidence de notre association pendant de nombreuses années. Pendant toutes ces décennies, elle faisait le déplacement d'Albertville à Chambéry chaque semaine à ses frais, ce qui montre l'investissement personnel qu'elle a offert à notre département pour aider les familles désespérées par la maladie qui touche un des leurs à l'adolescence.

Un projet de cette envergure a demandé plusieurs années de travail et d'investissement. Il est important de rappeler que sans le Conseil général de la Savoie et la mairie d'Aix-les-Bains, ce projet n'aurait pu être possible.



Nous tenons à remercier vivement nos financeurs et la municipalité d'Aix-les-Bains pour leur soutien.

L'ouverture de l'établissement est prévue pour décembre 2015.

L'Oasis à Chambéry

Présentation du GEM

Le Groupement d'Entraide Mutuelle l'Oasis se situe au 266 chemin des Moulins à Chambéry dans le quartier de Mérande. C'est un espace d'accueil et d'activités permettant aux personnes en situation de fragilité psychique de rompre leur isolement. L'Oasis est ouvert les lundis, mercredis, jeudis et vendredis de 14h à 18h ; les mardis et samedis de 10h à 18h ; deux soirées programmées dans le mois jusqu'à 21h. Les adhérents peuvent venir simplement partager un moment convivial ou participer à des activités au sein des

locaux ou à l'extérieur : préparation de repas, ateliers lecture, écriture ou musique, jeux de société ou de mémoire, sortie pêche, gymnastique, expositions... Trois animateurs salariés, des bénévoles et des intervenants extérieurs accompagnent les adhérents dans ces activités. La participation active des membres du GEM aux projets communs les valorisent ce qui conduit à leur mieux-être.

Ecrit par Anne-Marie, adhérente du Gem l'Oasis

Repas partagés, tous les mardis et samedis midi

Le GEM nous ouvre ses portes tous les mardis et samedis midi pour un repas convivial préparé par les adhérents. C'est une occasion pour les participants de manger ensemble et de pouvoir échanger.

Le menu idéal :

- Betteraves rouges bio
- Lasagnes saumon-épinards
- Salade de fruits grand-mère

Après ce repas, garder des forces pour la plonge !

Rédaction collective

Repas de fêtes

Cette année, comme l'année dernière, nous avons choisi la salle du Forez'Ane à Cognin pour y faire notre repas du Nouvel An. Un très beau buffet de crudités, viandes, saumons... et pour finir, la traditionnelle galette de l'Épiphanie qui a un véritable succès.

Pour animer la journée, il y a eu deux chanteurs musiciens qui nous ont fait revivre les tubes des années 80. On a vu une bonne partie des adhérents présents danser. Il y a même eu une chenille qui a eu un franc succès !

Nous attendons maintenant un autre moment pour nous retrouver, danser et passer de nouveau un bel après midi.

Rédaction collective

Atelier créatif avec Françoise

Une fois par mois, Françoise Abed d'atelier 3CR (Couture Création Customisation par le Recyclage) intervient au sein du GEM Oasis pendant 2 heures de temps pour l'atelier créatif. Elle propose aux adhérents des activités manuelles telles que : création de bracelets brésiliens, de cadres photos en cartons, de poupées chinoises... Ces activités sont très appréciées !

Rédaction collective

Sortie aux Jardins des Secrets

Par soupçon de délicatesse, on ressent le travail que cette famille a fait par amour ; des pierres, des fontaines avec chacun son histoire. D'un pas à l'autre, on se retrouve dans une atmosphère méticuleuse, chacun à sa place avec cette impression de vouloir venir en vacances et passer plusieurs jours pour méditer à sa manière, à sa place et prendre une grande bouffée d'oxygène. A refaire.

Ecrit par Nathalie, adhérente du Gem l'Oasis

GEM Renaissance

"Le GEM n'est pas un vase clos mais un pont qui se jette de la rive du handicap vers celle de la société "normale" ; il est un lieu où la parole circule, où l'air extérieur vient redonner des couleurs aux désirs des uns et des autres, où l'envie d'aller voir ailleurs peu à peu s'installe comme une évidence."



Programme

■ AIX-LES-BAINS

PROJECTION - DEBAT

• Mardi 17 mars à 19h30

"Les Héritiers" de MC Mansion-Schaar (2014) - Débat en présence de représentants de la ville et du CLSM, dont bénévoles de l'UNAFAM et professionnels du CHS.
Cinéma "Le Victoria" - 36 avenue Victoria

RENCONTRE

• Jeudi 19 mars de 17h30 à 19h

Table ronde : "Années collège - votre ado et vous : dispositif Ecoutilles"
Délégation Territoriale d'Aix (département de la Savoie), Val de Crêne, Le Pélican, Programme de réussite éducative d'Aix-les-Bains
Collège Garibaldi

PORTES OUVERTES

• Vendredi 20 mars de 14h à 17h30

GEM "Horizon 73"
219 avenue Marie de Solms

CONFERENCE

• Lundi 23 mars de 15h à 17h

"Face aux changements : de la prévention à l'action" - Présentations croisées de membres de l'association Enfance Majuscule et de l'Observatoire de la Famille (UDAF).
Résidence Joseph Fontanet
95 bd Lepic (ancien FJT)

RENCONTRE

• Mercredi 25 mars 17h à 19h

Goûter échange entre des parents et des professionnels : présentation de la Maison des Ados (MDA)
Au GEM "Horizon 73"
219 av. Marie de Solms

EXPOSITIONS / ATELIERS

- De l'ombre à la lumière (documentation et ateliers photo expression)
Mission Locale Jeunes (anciens Thermes)
- Et nous les ados ? Intervention sur la violence et le lien à l'autre (MLJ)
Collège d'Albens

■ ALBERTVILLE

EXPOSITION

• Du 16 au 27 mars

Hall du Dôme - Théâtre
135 place de l'Europe

PROJECTION - DEBAT

• Lundi 23 mars à 19h30

"Ecchymoses" de Fleur Albert
En présence de représentants de la Ville et

du CLSM, dont bénévoles de l'UNAFAM, UDAFAM et professionnels des CMP.
Salle De Maistre - 4 Route de Pallud

• Vendredi 27 mars à 20h30

"Respire" de Mélanie Laurent ou (sous réserve) "La porte d'Anna" en avant-première.
Dans le cadre du dispositif "Passeurs d'images"
Dôme - Cinéma (tarif : 6 €)
135 place de l'Europe

■ CHAMBÉRY

EXPOSITION

• Du 3 au 28 mars

Expositions d'œuvres réalisées par des personnes en fragilité psychique / vidéo de l'association Indigo
Bibliothèque Georges Brassens
40, rue du Pré de l'Âne.

• Lundi 16 mars à 18h30

Vernissage de l'exposition "Figures d'adolescence", création d'élèves du lycée du Granier et atelier "culture et santé" de l'hôpital de jour ados.
Maison des Adolescents
303 quai des Allobroges

PORTES OUVERTES

• Jeudi 19 et mardi 24 mars

de 14h30 à 17h
GEM "L'Oasis"
266 chemin des moulins

• Jeudi 19 et 26 mars à 14h

Répétition ouverte - Chorale "Les Zygomusicks"
Auditorium du CHS de la Savoie

LECTURE - SPECTACLE

• Mercredi 18 mars à 19h, 20h30 et 21h30

Lecture de textes d'adolescents par les comédiens de "l'Endroit" - Spectacle PPP de Phia Ménard (tarif de 10 € / 6 €).
Rencontre avec les artistes
Espace Malraux

• Dimanche 22 mars de 15h à 16h30

Lecture publique avec Psy courant d'arts
Le Libre -Erre
16 rue de boigne - Chambéry

• Mercredi 18 mars de 16 à 18h

Présentation d'ouvrages sur l'adolescence
Sélection Psy courants d'arts
Librairie DECITRE
75 rue Sommeiller - Chambéry

RENCONTRE

• Mercredi 18 mars à 14h

Atelier jeux vidéo (jeunes)

• Vendredi 20 mars à 18h

Echange autour des jeux vidéos (parents et jeunes)
Association Le Pélican et Maison des Ados
Bibliothèque Georges Brassens
401, rue du Pré de l'Âne

PROJECTION - DEBAT

• Samedi 21 mars à 17h

"No et moi" de Zabou Breitman
Film suivi d'un débat
Ciné club le Forum - Chambéry (tarif 3,5 €)

CONFÉRENCE - DEBAT

• Mardi 24 mars à 19h30

"Regards croisés sur l'adolescence : des petits aux grands maux"
Dr Nicolas, psychiatre, MDA de Valence M. Carre, et Mme Smeding, département de psychologie, université Savoie-Mont Blanc,
Dr Garino-Legrand, Education Nationale, Dr Labrune, psychiatre, MDA de Savoie et Pr Bouvard, université de Savoie
Professionnels de la MDA et MGEN Savoie
Amphithéâtre Marcoz - Université de Savoie

■ ST-JEAN-DE-MAURIENNE

RENCONTRES, TMOIGNAGES ET SPECTACLES

• Mercredi 25 mars de 13h30 à 17h00

Soda philo "Être ado aujourd'hui"
autour d'une collation, venez rencontrer les bénévoles de l'UNAFAM 73 et les professionnels des CMP de St-Jean (pour tout âge !)
À 17h - Représentation "Une soirée entre ados" par la troupe théâtrale du GEM "Rebond 73"
Espace culturel - Rue des écoles

• Du 17 au 21 mars

Défi "Mots croisés" - 3 grilles sur le thème de l'adolescence sont proposées : des places de cinéma en jeu (séance du 26/03 "Les Héritiers" à St-Michel-Mne).
A remettre dans l'urne à l'espace culturel

■ ST-MICHEL-DE-MAURIENNE

PROJECTION - DEBAT

• Le 26 mars à 20h00

"Les Héritiers" de MC Mansion-Schaar (2014) - En présence de membres du CLSM de St-Jean-de-Maurienne
Cinéma "Le Savoie" (tarif: 5 €)

■ DRUMETTAZ - CLARAFOND

• Mercredi 18 mars de 17h00 à 19h00

Lectures-échanges avec des professionnels
Exposition de réalisations d'usagers du GEM et de l'UDAFAM
Bibliothèque
100 chemin du Fiolage (au dessus de l'école)

PSYTRUCK

Escalade du Camion Psy :
Mieux (re)connaître les troubles, se soigner, se rétablir,
proposé par le Réseau Handicap Psychique (RéHPsy) et le CLSM.

• Aix-les-Bains

Mercredi 18 mars de 9h30 à 11h30
Place Clémenceau

• Saint-Jean-de-Maurienne

Mercredi 18 mars de 14h à 16h30
Place Fodéré

• Albertville

Jeudi 19 mars de 9h30 à 12h
Place du petit marché derrière le Dôme coté rue République

• Chambéry

Jeudi 19 mars de 15h30 à 18h
Place du Palais de Justice

Par ailleurs : Intervention de bénévoles de l'UNAFAM 73, professionnels de l'UDAFAM Savoie et du CHS auprès des élèves des lycées du Granier, Vaugelas, Louis Armand de Chambéry, lycée du Grand Arc et Jean Moulin d'Albertville. Participation de bibliothèques et de librairies (sélection d'ouvrages "SISM").

GLOSSAIRE : CLSM (Conseil Local de Santé Mentale), GEM (Groupe d'Entraide Mutuelle), MDA (Maison des Adolescents), SISM (Semaines d'Information sur la Santé Mentale), CMP (Centre Médico-Psychologique), CHS (Centre Hospitalier Spécialisé).

Pour plus d'informations :

<http://sismsavoie.wordpress.com>
<http://unafam73.wifeo.com> ou
www.chs-savoie.fr
09 66 87 91 54 ou
unafam73@orange.fr

L'association UNAFAM est une association reconnue d'utilité publique au service d'au moins 600 000 familles concernées par le handicap psychique. La délégation 73 a son siège à la maison des associations :

**67 rue St François de Sales
73000 Chambéry.**

Elle met à la disposition des familles et amis de personnes en difficultés psychiques :

■ des permanences - accueil par des bénévoles et sur rendez-vous :

Chambéry : Maison des associations
67 rue St François de Sales - Salle B211
1^{er} et 3^e mardis du mois de 18h à 19h30.
Et au CHS de la Savoie - Maison des usagers
2^e mardi du mois de 15h à 17h.

Aix-les-Bains : Maisons des associations
27 Bd des Anglais, Bureau n°17 - 3^e étage
2^e et 4^e mardis du mois de 16h à 18h.

Albertville : Maison des associations
21 rue Georges Lamarque
3^e mardi du mois de 16h à 18h30

Saint-Jean-de-Maurienne : "Les coquelicots"
Avenue du 8 mai (à côté du magasin "Or en cash")
3^e samedi du mois de 10h à 12h,
permanence tenue par Patrick Reffet.

- des groupes de parole, des ateliers d'entraide prospect,
- des rencontres avec des professionnels,
- des rencontres convivialités.

Elle défend les intérêts des personnes concernées et participe, auprès des pouvoirs publics et des professionnels de santé, aux instances chargées de définir une politique de santé mentale.

Elle accompagne la personne en souffrance psychique dans l'élaboration de son projet de vie.

Permanences téléphoniques :

- **Au niveau national :** Ecoute - Famille au **01 42 63 03 03**. Service assuré par des psychologues et des assistantes sociales qui écoutent et informent du lundi au vendredi de 9h à 13h et des avocats les lundis et mardis sur rendez-vous.
Site internet national : www.unafam.org
- **Au niveau local :** tous les jours de 9h à 19h au **09 66 87 91 54**.
Site de la délégation Savoie : www.unafam73.wifeo.com

Du nouveau

Tous les services proposés par l'Unafam 73 sont désormais rassemblés dans une plaquette (exemplaire dans le journal).

N'hésitez pas à la demander à Anne-Marie Kernke et à en distribuer autour de vous !



AGENDA UNAFAM 73

INFOS

■ Le poste d'agent de coordination et de développement d'Anne-Marie KERNKE (environ 20h/semaine), mis à disposition par l'ARS (Agence Régionale de Santé) Rhône-Alpes pour notre délégation comme pour les autres postes des sept délégations de la région Rhône-Alpes verra la fin de son contrat en CDD en octobre 2015. Nous nous mobilisons très fort à la région pour qu'il soit transformé en CDI car le rôle d'Anne-Marie est **indispensable** et son aide au quotidien nous permet de mieux assurer nos missions d'accueil, d'accompagnement dans la durée des personnes accueillies, de représentation dans les instances et de développement d'actions de communication auprès de différents publics : professionnels du médico-social, étudiants, grand public ; en effet trop de familles souffrent encore dans leur isolement, ignorant toutes les aides qui existent à l'Unafam.

LES GROUPES DE PAROLE

Du nouveau

■ Les groupes de paroles, animés par des psychologues cliniciens, tels qu'ils sont conçus par l'Unafam, constituent un véritable **accompagnement dans la durée** pour permettre aux personnes (jeunes, moins jeunes, encore en activité ou sans activité) d'avoir un espace et un temps d'écoute, d'échange, d'information, de soutien pour les aider dans leur vie au quotidien avec un enfant, un conjoint, un parent, souffrant de troubles psychiques. Si **la durée** est importante dans les groupes de parole de l'Unafam (à la différence d'autres handicaps), c'est parce que les situations vécues par les participants évoluent continuellement. C'est pourquoi il nous est apparu nécessaire d'**augmenter** le nombre de séances que notre délégation propose pour chaque groupe de parole par an afin que ces groupes de parole remplissent **pleinement** ce rôle d'accompagnement dans la durée, ainsi à partir de 2015 :

- les groupes de Mmes MALAN et NOUSSAN comporteront 8 séances,
- celui de M. PORCAR (frères et sœurs) : 6 séances
- celui d'Aix les Bains : 6 séances
- celui d'Albertville : 6 séances

Ils sont proposés à des heures différentes (à 14h ou à 18h) afin de permettre à tous d'y assister. Le calendrier de tous les groupes vous sera communiqué prochainement et ainsi vous pourrez vous inscrire auprès d'Anne-Marie KERNKE pour le ou les groupes qui vous conviennent. Afin d'éviter de vous faire payer à chaque séance, une participation financière trimestrielle sera demandée lors de la première rencontre. Nous espérons que cette nouvelle organisation apportera à chacun un meilleur soutien tout au long de ce parcours difficile que nous impose la maladie psychique de nos proches.

RAPPEL

■ Un atelier d'entraide Prospect est organisé à Chambéry les samedis 11, 18, 25 avril 2015 animé par MJ DERIVE et O. DARMANCIER dans les locaux de la Maison des Associations. Le but est d'aider les familles

ou proches à prendre du recul par rapport à l'incidence de la maladie sur notre vie et à faire face dans la durée à la maladie psychique de notre proche. **Cette réflexion collective de pair à pair permet de faire "un travail d'intériorité, d'incitation à se centrer sur soi alors que tout dans le processus psychotique invite à se centrer sur l'autre, à être fasciné, capté par lui"**. Jusqu'à présent cet atelier a toujours été très apprécié par ceux et celles qui l'ont fait.

Contactez l'Unafam 73 au 09 66 87 91 54 et inscrivez-vous vite, si vous le souhaitez. Le groupe est limité à 12 personnes.

RENCONTRES

■ **26 février de 16h à 18h** - Rencontre conviviale à la Maison des Associations. C'est un moment chaleureux, juste pour se donner des nouvelles avec maintenant des invités d'autres associations.

■ **6 mars de 17h à 19h** - Rencontre avec Maître CAMOZ, notaire à Chambéry, qui viendra répondre à vos questions sur les problèmes de succession, de legs, de donation, de tutelle.

■ **du 16 au 29 mars** - SISM - Regardez le programme ci-contre : de nombreux événements à Albertville, St-Michel-de-Maurienne, Aix-les-Bains, St-Jean-de-Maurienne et Chambéry. **A ne pas manquer**

■ **8 avril à 17h - Réunion annuelle de notre délégation précédée de l'intervention du Dr LE CARDINAL, nouveau psychiatre arrivé au CHS, qui vient nous présenter ESPLOR, (Equipe 7 jours / 7 de Soutien Pour le Logement orienté vers le Rétablissement)** qu'il a commencé de mettre en place en Savoie. Venez nombreux, vous témoignerez ainsi votre soutien à l'Unafam 73 et à la petite équipe des bénévoles qui la font vivre !

■ **9 avril à 19h à la salle des Pervenches de La Motte-Servolex** - Conférence-débat sur le thème "Troubles psychiques et Monde du travail : parlons-en !", animée par le Dr PACHOUD, psychiatre et professeur de psycho-pathologie à l'université Paris-Diderot, avec le témoignage d'associations (Messidor et ESAT Udafam). Cette conférence est organisée en partenariat avec la caisse du Crédit agricole de La Motte, à l'excellente initiative de son président Jean-Luc GIRARDIN, adhérent de l'Unafam, que nous remercions ici pour son investissement à faire connaître l'Unafam !

■ **4 mai à 17h** - Rencontre avec Mme DURIF, pharmacienne au CHS de Bassens, qui abordera les questions des médicaments, l'éducation thérapeutique des patients et celle des parents, à mettre en place si le désir en est exprimé.

■ **7 juin** - Sortie conviviale organisée par MJ PLANCHE pour le plaisir de tous !

Le livre blanc de la Savoie

Le livre blanc de la Savoie est le résultat d'un travail collectif du Comité Savoie Handicap Psychique : UDAFAM SAVOIE, UNAFAM 73, CHS de la Savoie, SOLSAV, TRANSITION, ACCUEIL SAVOYARD, CAP EMPLOI, GEM HORIZON, la Clinique du SERMAY, LA SASSON. Rédigé en 2014, le livre blanc fait un bilan de l'existant des équipements sociaux et médico-sociaux de la Savoie en faveur de l'insertion sociale des personnes en situation de handicap psychique et appelle les pouvoirs publics : le Conseil Général et l'ARS à prendre conscience des retards pris dans la mise en place des conditions de cette insertion et sur l'urgence de créer des établissements et services sociaux et médico-sociaux correspondants.

L'insertion sociale des personnes handicapées psychiques doit être reconnue comme une cause prioritaire et il est urgent de penser à la création d'établissements et services permettant d'en assurer l'effectivité dans tous les domaines : hébergement médico-social et social, logements adaptés, travail et emploi en milieu protégé et ordinaire, accompagnement social et médico-social, entraide mutuelle.

Le département de la Savoie dispose de 2 établissements sanitaires spécialisés :

- le CHS de la Savoie propose une offre de soins diversifiés, hospitalisation complète (271 lits), consultations, prise en charge à temps partiel, accueil familial thérapeutique... et des structures ambulatoire : CMP (Centre Médico-Psychologique, adultes) propose des consultations, a un rôle de prévention, de diagnostique, d'accompagnement thérapeutique et d'orientation CATPP (Centre d'Accueil Thérapeutique à Temps Partiel adultes adolescents et enfants) propose une prise en charge spécifique et l'HP (hôpital de jour).
- La Clinique du SERMAY (Challes-les-Eaux) assure une prise en charge dans le cadre de soins libres avec 91 lits en hospitalisation complète et 10 places en hôpital de jour.

Une offre de logement adapté existe dans le secteur médico-social permettant de répondre pour partie aux besoins des personnes en situation de handicap. En Savoie il existe plusieurs modèles de logement :

Logement autonome : les personnes sont accompagnées ou non par des services à domicile ou des services spécialisés :

- SAVS (Service d'Accompagnement à la Vie Sociale) sont soit spécialisés handicap psychique comme l'Accueil Savoyard soit généralisés comme les Papillons Blancs d'Aix-les-Bains, d'Albertville et l'APEI de Maurienne. L'ensemble accueille 207 personnes handicapées psychiques.
- SAMSAH (Service d'Accompagnement Médico-social pour Adultes Handicapés) 1 seul en Savoie, l'Accueil Savoyard accueille 10 personnes.

Le principal obstacle à l'accès au logement autonome est dû à la pénurie importante de logements et principalement de logements sociaux mais aussi en raison du regard que les bailleurs et le voisinage peuvent porter sur la maladie mentale.

Logement dans les familles : une enquête réalisée par Martine BUNGENER de l'UNAFAM révèle que 21,7% d'adhérents, le plus souvent les parents, déclarent vivre de façon continue avec la personne malade, dans le même logement.

Foyers d'hébergement : accueillent des personnes handicapées travaillant en ESAT

- Le foyer Le Habert UDAFAM Savoie : 29 places handicap psychique
- Le foyer Le Corbelet APAJH : 22 places tout handicap
- Le foyer de la Croix Rouge : 20 places dont 50% handicap psychique.

Foyers de Vie : accueillent des personnes adultes handicapées qui présentent un handicap trop important pour exercer une activité professionnelle même réduite

- La Chaumière - UDAFAM Savoie Pugny chatenod : 25 places handicap psychiques
- Le Chardon Bleu - UDAFAM Savoie Albertville : 27 places handicap psychique dont 1 accueil temporaire.

Foyers d'Accueil Médicalisé (FAM) : s'adressent à des personnes handicapées nécessitant une surveillance médicale et des soins constants.

- Le Chardon Bleu - UDAFAM Savoie Albertville : 16 places handicap psychique dont 1 en accueil temporaire

Les besoins en MAS et FAM dans le département : 5 en accueil permanent et 1 en accueil temporaire.

Maisons d'Accueil Médicalisée (MAS) : accueillent des personnes présentant des troubles psychiques sévères avec une perte d'autonomie pour les gestes de la vie quotidienne.

- MAS de Bassens accueille des personnes polyhandicapées et atteintes de psychoses déficitaires, mais réserve 20 places pour le handicap psychique.

Résidence sociale (expérimentale) : est construite sur la forme d'un foyer appartement, étape entre l'institution et le milieu ordinaire pour accéder à un logement banalisé.

- Les Glycines - UDAFAM Savoie à Aix-les-Bains : 6 places en appartement individuel
- La Villa Florène à Aix-les-Bains : 25 places en logement individuel.

Appartements Associatifs :

- L'Association TRANSITION gère 18 appartements individuels pour un total de 39 places, ils accueillent de 1 à 5 personnes. Les appartements sont issus de bailleurs sociaux, l'association gère 2 baux glissants favorisant le passage d'un appartement collectif à un logement autonome.

20 places supplémentaires seraient nécessaires.

L'EPAD de Bozel dispose de 20 places handicap psychique personnes âgées, la question du vieillissement de la population se pose pour l'ensemble des dispositifs concernés dans le logement des personnes handicapées psychiques. Mais la prise en compte du vieillissement n'est pas une problématique pour les années à venir.

Les Maisons Relais : assurent l'accueil, le logement, l'accompagnement et l'insertion sociale des personnes ou familles connaissant de graves difficultés, en vue de les aider à accéder ou à recouvrer leur autonomie personnelle ou sociale. Certaines personnes sont en situation de handicap psychique.

- ISBA LA SASSON : 25 places handicap psychique.

Dans le cadre de l'accompagnement social, il convient de mentionner les Groupes d'Entraide Mutuelle (GEM) qui ont pour objectif d'aider les personnes à rompre l'isolement, de restaurer et maintenir les liens, de redonner confiance en soit. L'accueil est convivial dans de larges plages horaires, ils permettent l'écoute et l'échange, l'information et l'aide mutuelle, le choix et l'organisation d'activités culturelles et de loisirs. Les GEM ne sont pas des lieux de soin. La Savoie compte 4 GEM :

- GEM Renaissance à Albertville : 12 personnes
- GEM Oasis à Chambéry : 60 personnes
- GEM Horizon à Aix-les-Bains : 80 personnes
- GEM Rebond à St-Jean-de-Maurienne : 12 personnes

Seuls les GEM de Chambéry et d'Aix-les-Bains sont financés par l'ARS pour l'instant.

L'insertion professionnelle :

En Savoie, 2 associations spécialisées dans l'accompagnement du handicap psychique gèrent des établissements :

- Solidarité Savoyarde :
 - ESAT de 69 places sur le bassin chambérien
 - EA (entreprise adaptée) 15 postes
- UDAFAM SAVOIE :
 - ESAT de 35 places en Chartreuse, couplé à un foyer d'hébergement.

En plus de ces structures spécialisées 5 ESAT accueillent un public mixte. Selon la MDPH, en 2013, 188 personnes handicapées psychiques ont bénéficié d'un placement en ESAT.

- CAP EMPLOI : accompagne les personnes en situation de handicap dans la recherche d'un emploi durable et en milieu ordinaire. Les personnes accompagnées doivent être en possession d'une reconnaissance de travailleur handicapé (RQTH), d'une pension ou carte d'invalidité ou être bénéficiaire de l'AAH (Allocation Adulte Handicapé) avec une orientation professionnelle vers le milieu ordinaire. CAP EMPLOI accompagne la personne en situation de handicap dans l'emploi et accompagne les employeurs à l'embauche de ces personnes. En 2012, sur la Savoie CAP EMPLOI a accompagné 2290 personnes handicapées dont 13% avec des troubles psychiques soit près de 300 personnes.



Quelques 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.

Il ressort de ces réflexions qu'un malade dans le déni a toutes les chances de ne pas être soigné convenablement et pourtant c'est la maladie elle-même qui l'amène à cette situation douloureuse.

La situation familiale

Le manque de compréhension que le malade a de son état n'affecte pas seulement le malade lui-même, les proches du malade qui l'aiment et qui voudraient tout faire pour l'aider sont complètement démunis ; c'est un perpétuel combat pour la famille, en dépit des hospitalisations à répétition, chaque fois que le patient sort de l'hôpital avec un programme de soins, il cesse invariablement d'y souscrire un jour ou l'autre et la famille constate impuissante la dégradation de son proche qui conduira à une autre hospitalisation.

Ce que dit la loi sur la nécessité des soins et le consentement du patient

La loi ne définit pas de critères pour la nécessité de soins bien qu'elle considère que c'est l'absence de soins qui porte préjudice au patient et non leur mise en œuvre autoritaire (droit des patients octobre 2009).

Dans les faits souvent les soignants ne sont pas à même de juger de la nécessité des soins vu qu'ils ne voient pas le patient (qui ne va pas au rendez-vous) alors ce sont les proches, aidants, famille, qui sont amenés à prendre la décision d'une hospitalisation contrainte, ce qui n'est jamais une chose facile !

Le consentement du malade à accepter et prendre son traitement est normalement souhaitable mais "le consentement de l'intéressé n'est juridiquement recevable que si celui-ci jouit de sa pleine capacité et qu'il ne présente pas d'altération aiguë de la conscience quelle qu'en soit l'origine".

On comprend que dans la maladie psychique ce consentement soit difficile à obtenir !

Quelques pistes

Le Dr AMADOR explique que s'il est difficile d'avoir l'adhésion du malade pour lui faire accepter sa maladie et le soin qui l'accompagne, le malade acceptera plus facilement son traitement s'il a pu constater et intégrer le fait que d'être soigné améliorerait sa qualité de vie et lui permettrait de réaliser certains objectifs réalistes.

Dans les programmes de remédiation cognitive un travail progressif est effectué avec les patients pour les sortir de ce piège du déni.

Conclusion

L'UNAFAM travaille pour qu'un jour la loi permette à tout malade psychique, même dans le déni, d'être soigné et suivi sans interruption. Actuellement les soins ambulatoires mis en place à la sortie de l'hôpital sont abandonnés si le malade ne va pas de son propre chef à la rencontre des soignants.

Le recours à des hospitalisations sans consentement engorge les hôpitaux psychiatriques, la cour des comptes signale "que les moyens et les personnels soignants sont focalisés sur les hôpitaux au détriment des prises en charge extra-hospitalières" (*Le Monde* 29/02/2012)

Une bénévole de l'UNAFAM 73

Références ouvrages et articles :

Dr Xavier AMADOR

*Comment aider le patient à prendre son traitement
La force de guérir*

Mère d'un garçon malade schizophrène, je me suis souvent interrogée et ai souvent interrogé les infirmiers psychiatriques sur ce sujet : pourquoi mon fils refusait-il toujours (au bout de plus de 10 ans de maladie diagnostiquée et installée, accompagnée de nombreuses hospitalisations) de se considérer comme malade ? Cette interrogation a aujourd'hui quelques éléments de réponses au regard des lectures que j'ai pu faire pour satisfaire ma curiosité.

Les faits

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.

Le Dr Xavier AMADOR (auteur de nombreux ouvrages sur le sujet) est le co-auteur d'une étude qui a établi que près de 60% des personnes atteintes de schizophrénie sont totalement inconscientes du fait qu'elles sont malades.

De plus une autre étude provenant de l'*US National comorbidity survey* fait ressortir que beaucoup de personnes atteintes d'une maladie mentale sévère et persistante sont parfois conscientes d'avoir besoin d'aide et choisissent pourtant un jour ou l'autre d'abandonner leur traitement et pensent que le problème va se régler naturellement.

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.

Dans le cas de troubles schizophréniques, sources de stigmatisation et d'exclusion, on peut comprendre que la personne refuse cet "étiquetage" pour échapper aux tabous de la société.

Pendant longtemps les médecins ont été portés à qualifier d'entêtement le refus des patients d'accepter leur maladie, mais depuis quelques années un nombre croissant de travaux montrent que le déni pourrait bien être un symptôme physique de la maladie elle-même ; autrement dit la maladie mentale cause de tels changements dans le cerveau que ceux-ci seraient la cause de la difficulté, voire de l'impossibilité, pour certains, de se rendre compte qu'ils sont malades. Il ne s'agit donc plus de déni, proprement-dit, mais de l'absence de perception des troubles dont le malade est l'objet, cette absence de perception faisant partie de la maladie elle-même.

Les conséquences du déni

Le refus de soins et l'abandon presque systématique du traitement... pourtant reconnu par tous comme indispensable.

- 1/ pourquoi quelqu'un accepterait-il d'être soigné à vie pour une maladie dont il ne se croit pas atteint ?
- 2/ pourquoi M. X irait-il spontanément voir son psychiatre ou fréquenter le CMP puisque les hallucinations auditives (voix) perçues par lui comme une réalité lui ont dit de ne pas y aller ?
- 3/ pourquoi consentirait-il à se faire hospitaliser ou soigner puisque les problèmes qu'il rencontre dans sa vie sont dues (pour lui) à des causes extérieures : société, voisins, famille, etc. ?

Compte-rendu "Troubles psychiques et addictions", conférence du 29/11/2014

Dans une introduction, Marie-Jo DERIVE présente l'Unafam, ses différentes missions et le partenariat avec le Pélican pour traiter du sujet spécifique de la soirée dont elle esquisse la problématique, rappelant que la relation entre troubles psychiques et addiction est dialectique, les deux facteurs interagissent l'un sur l'autre. Elle remercie ensuite les intervenants : Michel BOULANGER, directeur du Pélican, les docteurs VOYRON, addictologue, et BENALI, psychiatre du CHS, qui interviennent comme soignants au Pélican. M. BOULANGER, directeur du Pélican, modérateur de la soirée,

développe la problématique de l'addiction et de sa relation aux troubles psychiques à partir de l'expérience du Pélican. Il donne ensuite la parole au Dr VOYRON dont l'exposé est accompagné d'un diaporama.

Celui-ci commence par refaire l'historique de l'évolution du sens du mot "addiction" au cours des âges pour en venir à celui de l'OMS (1975) : "Etat psychique et parfois physique, résultant de l'interaction entre un organisme vivant et un produit, caractérisé par des réponses comportementales compulsives consistant à prendre le produit de façon régulière

et compulsive pour ressentir ses effets psychiques."

Selon GOODMAN (1950), l'addiction comporte 4 critères principaux :

- Impossibilité de résister au passage à l'acte
- Sensation croissante de tension avant le passage à l'acte
- Soulagement ou plaisir pendant la consommation et juste après
- Perte de contrôle dès le début de la crise.

Il évoque ensuite un certain nombre de critères secondaires : dépendance psychique (syndrome de sevrage), perte de

socialité, augmentation de l'intensité ou de la fréquence dans la prise du produit. Le concept d'addiction peut aussi s'étendre à des conduites addictives sans prise de produit : addiction au jeu, au travail, au sexe, etc. Mais dans le présent exposé ne seront abordées que les addictions à un produit : cannabis, alcool, tabac.

Aujourd'hui, l'addiction est vue comme une maladie du cerveau. Après l'exposé de cette évolution du sens du concept d'addiction, l'orateur expose les mécanismes neurobiologiques : les addictions sont liées à un système cérébral commun de la récompense et ont un médiateur commun : la dopamine. Elles entraînent une perte de la plasticité cérébrale qui affecte les centres de la mémoire et de l'apprentissage ainsi que ceux de la motivation.

Il ne faut pas oublier cependant l'hypothèse psychanalytique qui voit dans l'addiction une pulsion de mort souvent due à des défaillances narcissiques ou à des carences identitaires.

Les facteurs de risque de l'addiction sont d'une part individuels, d'autre part environnementaux. Pour mieux comprendre les éventuelles corrélations entre addiction et troubles psychiques, on a un recours à **un modèle psycho-social** :

1) Facteurs génétiques : difficiles à isoler. Des expériences faites sur des jumeaux montrent néanmoins certaines prédispositions génétiques pour l'alcool.

2) Facteurs de vulnérabilité personnelle : extraversion, nervosité, co-morbidités psychiatriques (anxiété, etc)

3) Facteurs environnementaux : familial, scolaire, professionnel...

D'un point de vue psychiatrique, les principaux troubles favorisant le déclenchement de l'addiction sont : l'hyperactivité, les troubles de l'humeur chez les dépressifs et les bipolaires...

Les soignants prennent en compte tous les facteurs de ce modèle bio-psycho-social pour agir à chacun de ces niveaux, d'où **une prise en charge pluridisciplinaire** : médecins, psychologues, travailleurs sociaux.

Il est difficile de se libérer de l'addiction, à cause de la dépendance (dépendance physique) et du "craving" (pulsion psychologique) qui favorisent les rechutes.

Pendant des années, les soignants se sont focalisés sur la technique de sevrage : passer sans transition de l'état de consommateur à celui d'abstiné.

Les choses ont évolué à partir de 1985 (années SIDA) : on s'est plus focalisé sur l'accompagnement de la dépendance avec réduction des risques pour amener progressivement les patients dépendants vers le soin : création des Centres de Soins, d'Accueil et de Prévention de l'Addictologie, (CSAPA), type le Pélican, interdiction de la publicité pour les produits toxiques (tabac, alcool, Loi EVIN), traitements de substitution aux opiacés (métradone, etc.), à l'alcool (baclofène), salles de consommation à moindre risque, gestion de consommations raisonnées (surtout pour l'alcool).

Au Pélican, recours à des thérapies systémiques familiales ou comportementales, surtout pour jeunes consommateurs (cannabis, alcool), des actions de prévention en milieu scolaire, chez les saisonniers. Plus la consommation est précoce, plus l'addiction a des chances de s'accompagner de troubles psychiques de la mémoire, de la motivation (un slogan qui frappe : "Pétard du soir, trou de mémoire, pétard du matin, poil dans la main").

Le cas du cannabis

Les études d'épidémiologie montrent que la consommation de cannabis ont plutôt tendance à décroître chez les jeunes ces toutes dernières années (cela dit, encore 10% des jeunes de 17 ans en prennent). L'addiction nocive au cannabis commence avec une consommation supérieure à 10 joints/mois et elle est chronique avec une consommation quotidienne. L'addiction dépend grandement de la concentration du produit qui peut varier de 1 à 50. L'effet du cannabis est très rapide et

la dégradation du produit très lente (21 jours). A terme, elle peut provoquer des malaises, des sensations de panique. La fréquente addiction des malades psychiques au cannabis s'explique par le fait que son ingestion soulage l'anxiété à court terme mais à long terme la consommation de cannabis renforce les effets des psychoses, surtout en cas de forte consommation. Il est co-facteur de déclenchement de la maladie psychique (environ 40% de personnes souffrant de schizophrénie sont des consommateurs de cannabis).

Lorsqu'une addiction (tabac, cannabis, alcool) est détectée, que peut-on proposer au patient dépendant qui a une comorbidité addiction/psychose ?

- une prise en charge pluridisciplinaire
- un accompagnement de la consommation addictive conjointement au traitement du trouble psychique.

Le cas de l'alcool

C'est un problème majeur de santé en France : 400 000 hospitalisations/an ; 49000 à 50 000 décès annuels ; 33% des accidents de la voie publique ; 40% des buveurs pathologiques ont fait une tentative de suicide. L'alcool crée une double dépendance physique et psychique. L'importance de la consommation d'alcool chez les malades psychiques s'explique, comme pour le cannabis par l'effet désinhibiteur de l'alcool. Le traitement au baclofène peut être utilisé chez les malades psychiques à condition que la pathologie psychique soit stabilisée par un traitement.

Le cas du tabac

Forte consommation chez les jeunes qu'on a du mal à faire baisser (environ 31% fument) ; en France il y a 70 000 décès sur l'ensemble de la population. Prise en charge : aide à la désintoxication avec les patchs nicotiques ou e.cigarettes (vapoteuses).

M. BOULANGER donne ensuite la parole au Dr BÉNALI qui va aborder la question de la relation trouble psychique/addiction du point de vue du psychiatre à partir de son expérience de soignant au Pélican et au CHS.

Il constate que les troubles addictifs et les troubles psychiques ont des effets communs en terme de perte ou de diminution de certaines compétences : mémoire, attention, motivation, socialité.

Les liens entre les deux types de troubles sont d'autant plus étroits que les troubles addictifs à une substance psychoactive ne relèvent pas que du somatique, mais ont aussi une importante dimension psychologique comme l'a noté l'OMS. Il y a une interaction multifactorielle de cette co-morbidité. Beaucoup de patients ne sont malheureusement soignés que pour une des pathologies et pas pour l'autre. Selon l'OMS, seulement 8% des patients reçoivent un traitement prenant en compte la co-morbidité, alors que 80% des patients addictifs souffrent aussi de troubles psychiques. Cette co-morbidité intervient plus souvent chez des patients en situation sociale instable ou précaire. Cela suppose donc que pour la soigner il faut améliorer cette situation sociale et donc collaborer avec des travailleurs sociaux. La présence de cette co-morbidité peut aussi rendre le diagnostic plus difficile car l'un des deux facteurs peut cacher l'autre. Ce qui est certain en tout cas c'est que l'interaction entre les deux types de troubles tend à accentuer chacun d'eux.

Comment soigner au mieux cette co-morbidité ?

Pour choisir un traitement adapté, le diagnostic doit essayer d'établir si, au départ, la conduite addictive est la cause de troubles psychiques qui en découlent, ou si elle est une conséquence de ces troubles psychiques (consommation de produits psycho-actifs pour répondre à l'anxiété). Cela peut

en effet déterminer que le soin soit mis sur l'un ou l'autre trouble. De toute façon, il y a, dans l'interaction des deux, l'instauration d'un cercle vicieux : la consommation de toxiques avive les troubles psychiques et l'aggravation de ceux-ci favorisent une augmentation de la consommation. C'est pourquoi il est très important de prendre en compte, conjointement les deux pathologies. Chez les toxico-dépendants, les troubles psychiques les plus courants sont les troubles de personnalité et l'anxiété.

Selon que le produit consommé est le cannabis, l'alcool, ou le tabac, les difficultés psychiques ne sont pas les mêmes :

- **le cannabis** (1,2 millions de consommateurs en France dont 41% de jeunes de moins de dix-sept ans). La consommation de ce produit peut accentuer chez les psychotiques les bouffées délirantes. Il peut fonctionner comme un co-facteur favorisant le déclenchement de la schizophrénie chez les sujets à risques. Le traitement des patients schizophrènes devra donc veiller à contrôler et si possible diminuer la consommation de cannabis. On note aussi chez les consommateurs de cannabis un taux de suicide plus important.

- **L'alcool** (8 millions d'alcool-dépendants en France). Alors que la consommation de cannabis semble toucher surtout les schizophrènes, la consommation d'alcool semble concerner surtout les bipolaires et les dépressifs. On distingue deux types d'alcooliques : chroniques et sévères (surtout chez les jeunes). L'addiction alcoolique provoque surtout des altérations cognitives : attention, mémoire... Elle peut aussi renforcer le caractère aigu des crises chez le malade psychique. Dans des cas très aigus d'alcoolisme, apparaissent ivresses hallucinatoires (hallucinations visuelles : delirium tremens).

Dans le traitement de l'alcoolisme, la difficulté tient à la question du sevrage car il y a à la fois un problème physique (manque) et un problème psychologique. En outre le sevrage peut souvent entraîner un phénomène dépressif.

- **Le tabac**. Pour ce qui est du tabac (13,4 millions de consommateurs réguliers en France), on sait d'expérience que la maladie psychique favorise la consommation de tabac (83% de personnes schizophrènes fument) à cause de son effet apaisant – la consommation est 2 à 3 fois plus élevée chez les malades psychiques que dans le reste de la population – mais en revanche, en dehors des troubles de la mémoire, l'effet nocif du tabac sur l'aggravation des troubles psychiques n'est pas avéré.

Le Dr BÉNALI a arrêté là son exposé pour laisser la place aux questions nombreuses du public. Un débat fructueux a permis d'aborder les points suivants :

- quel sens et quelles pratiques donner à la prévention ?
- comment accueillir les familles, les accompagner ?
- comment faire évoluer les dispositifs législatifs face à l'évolution même des conduites addictives ?

On retiendra que la prise en charge des addictions est à l'interface des comorbidités somatiques et psychiatriques, auxquelles sont confrontées les personnes accueillies dans les services médico-sociaux comme le Pélican, en milieu hospitalier ou en médecine de ville.

Pour autant, les addictions ne sauraient être réduites à une maladie car elles s'inscrivent dans des comportements sociaux et sont elles-mêmes le reflet d'une société qui a pu être qualifiée d'addictogène.

Complémentairement, la prévention comme l'accompagnement des familles relèvent d'une approche globale d'un phénomène complexe mais plus que jamais actuel.

Jean DERIVE

Témoignage d'une bénévoles UNAFAM Clinique "Le Sermay" sur Challes-les-Eaux

Je vous rappelle que nous avons depuis 2 ans, la chance d'avoir sur le bassin Chambérien la "Clinique psychiatrique Le Sermay à Challes-les-Eaux", qui reçoit les usagers sur la demande de leur médecin, pour traiter les troubles hors urgences. Cette clinique soigne le patient dans sa globalité, avec des infirmiers référents, des groupes de paroles, des éducations thérapeutiques, un suivi de l'alimentation, de la relaxation, des activités... et surtout avec le passage journalier d'un psychiatre à son écoute. C'est un lieu ouvert.

Ce lieu peut être un allié de l'hôpital psychiatrique chez des patients trop fragiles émotionnellement. Bien sûr à sa sortie, l'usager reprend ses soins avec son CMP, son psychiatre s'il en a un, et doit trouver un nouveau psychiatre s'il n'en n'a pas, car il n'y a pas de suivi après sortie.

Pour en avoir bénéficié pour un proche, je confirme que c'est un lieu de soin complet auquel il ne faut pas hésiter à faire appel.

M H bénévole Unafam

à lire... à voir... à écouter...

À lire

Boris CYRULNIK : Les âmes blessées (Odile Jacob)
Un nouvel épisode de la vie du "père" de la résilience.

Marie SIZUN : La femme de l'allemand (Arléa et Poche)
La vie d'une petite fille née en 1944 avec sa mère, maniaque-dépressive, d'un père allemand qu'elle ne connaît pas mais idéalise tout en protégeant sa mère.

Marcel RUFO : Chacun cherche un père (Poche)
Le pédopsychiatre réputé met en évidence la recherche de chacun d'entre nous de la partie "manquante" des pères, même les plus défaillants, pour se construire dans sa vie d'adulte.

Xavier POMMEREAU : Ados en vrille, mères en vrac (Albin Michel)
Face aux débordements des ados d'aujourd'hui, comment les parents, les mères surtout, essaient de faire face.

Dr Raphaël GIACHETTI : La maladie bi-polaire expliquée aux souffrants et aux proches (Odile Jacob).
Explication des données scientifiques et pratiques nécessaires pour comprendre les troubles bi-polaires.

Sarah BANSAÏD : Bénéfices secondaires (L'Harmattan)
Le monde des bi-polaires observé par l'une d'eux... devenue psychologue.

Genesis of a complex disease (Nature 511 ; 24/07/2014) -
Les origines génétiques de la schizophrénie - la recherche avance.

À lire et à voir

No et moi : Livre de Delphine de Vigan (Jacob Duvernat / Poche)

Film de Zabou Breitman

Une adolescente surdouée multiplie les expériences et théories fantaisistes sur la vie jusqu'au jour où elle rencontre une jeune fille de son âge en enfance.

Sur la route : Livre de Jack Kerouac (Modern-Classics / Poche)

Film de Walter Salles

En révolte contre l'hypocrisie moraliste de l'Amérique bien-pensante des années 1960, la dérive d'un jeune à la recherche de nouveaux modes de vie.

Requiem for a dream : Livre d'Hubert Selly
Film de Darren Aronofsky

La décadence infernale de trois jeunes et de la mère de l'un d'eux sous l'emprise de la drogue sous toutes ses formes.

Into the wild de Sean Penn, adapté du livre Voyage au bout de la solitude de John Krakauer, relatant l'histoire réelle de Christophe Mc Candless.

L'histoire d'un brillant étudiant américain qui rejette les principes de la vie moderne et le bel avenir qui lui est promis ; au bout d'un long périple, il finit dans un bus abandonné dans une forêt d'Alaska alors qu'il vient de réaliser que la solitude n'est pas l'idéal pour l'homme.

À voir

La famille Bélier d'Eric Lartigau

Dans cette famille, seule Paula âgée de 16 ans n'est pas sourde ; elle est indispensable à sa famille comme interprète auprès des autres pour la gestion du quotidien. Son don pour le chant, révélé par son professeur de musique, va changer radicalement cet équilibre.

Juno de Jason Reitmann

Une adolescente à l'esprit libre est confrontée à une grossesse imprévue.

J'ai tué ma mère de Xavier Dolan

L'amour-haine entre un fils et sa mère ; l'adolescent découvre les problèmes d'identité sexuelle et la culpabilité d'indépendance.

À écouter

Interview de Boris CYRULNIK

<http://www.tv7.com.point-de-vue-boris-cyrulnik-neuropsychiatre>.

Livre et CD de Christophe André : Méditer jour après jour : 25 leçons pour vivre en pleine conscience.

Pour INFO

L'association Transition du CHS de la Savoie s'est enrichie depuis l'automne d'une équipe mobile qui suit les locataires des appartements associatifs.

Cette équipe nommée ESPLOR (Équipe de Soutien Pour Le Logement Orienté vers le Rétablissement), dirigée par Mme CORTAMBERT et le Dr LE CARDINAL, gère pour l'instant 18 appartements associatifs soit 39 places destinées aux patients sortant d'hospitalisation.

Ces possibilités de logement encadré et de suivi pour les usagers sont un grand bol d'air pour les familles, tout en étant un premier pas vers la réinsertion sociale et humaine.

Le Dr LE CARDINAL viendra nous en parler lors de la réunion annuelle de l'UNAFAM le 8 avril 2015.

Merci à tous les adhérents
et donateurs !



Domaine de la Livettaz
90 avenue de Bassens
73000 BASSENS
Tel : 04 79 25 09 75

e-mail : secretariat.general@udafamsavoie.fr

Affiliée à l'UNAFAM - 12 villa Compoint - 75017 PARIS

Reconnue d'utilité publique



Maison des associations
67 rue St François de Sales
73000 CHÂMBÉRY
Tel : 09 66 87 91 54

e-mail : unafam73@orange.fr

Délégation UNAFAM

Union nationale de familles ou amis de
personnes malades et handicapées psychiques

La lettre d'information de l'UDAFAM Savoie et de l'UNAFAM 73 N°8

Responsables de la publication :
Marie-Jo DERIVE et Michel HUGUEL

Ont participé à l'élaboration de ce numéro :
les bureaux de l'UDAFAM et de l'UNAFAM 73
Coordination : UDAFAM Siège administratif

Réalisation : Tribu (www.tribucrea.com)

Impression : Imprimerie de savoie

Photos : X - Ingram